

ఓమ్

శ్రీకృష్ణ పరబ్రహ్మణే నమః.

శ్రీ భగవదుత్తరగీతామృతము

గ్రంథకర్త

గీతాప్రచారకులు

పండిత, మాకం తిమ్మయ్యశాస్త్రి

ఓం

శ్రీ భగవదుత్తరగీతామృతము

విషయ సూచిక

పరన సంఖ్య		పుట సంఖ్య
1	కృతజ్ఞత	
2	పీఠిక	1
3	అథకరన్యాసః	6
4	బ్రహ్మప్రతిపాదక యోగము మొదటి - అధ్యాయము	9
5	హంసభావన	12
6	ధ్యానయోగాభ్యాసము	14
7	ఆత్మమంత్రము (ప్రాణాయామము)	16
8	జీవన్ముక్తి లక్షణములు	21
9	ధారణ యోగము	2
10	ప్రత్యాహార ధ్యానము	24
11	బ్రహ్మనిష్ఠాభ్యాన రహస్యము	2
12	చిదాకాశం	2
13	ధ్యానయోగము	2
14	జ్ఞానప్రాణాయామము	3
15	పంచమలములు	3
16	షడూర్ములు	,
17	ఆగామి సంచిత ప్రారబ్ధకర్మములు	3
18	కర్మపరిపాకమే జన్మకారణము	3
19	స్వరూపానుభవబోధ	
20	అహంకారము లేక, సర్వశక్తి	
21	ప్రకృతిని జయించుట	
22	గ్రంథకర్త అభిప్రాయము	
23	జీవన్ముక్తిని లక్షణములు	
24	ప్రణవస్వరూపనిర్ణయము	

వరస సంఖ్య	విషయసూచిక	పుట సంఖ్య
25	3 స్థానములు, 4 పాదములు, 5 దేవతల వివరము	54
26	సర్వసంకల్ప శూన్యమే బ్రహ్మసాక్షాత్కారము	55
27	బ్రహ్మనిష్ఠాధ్యాన రహస్యము	56
28	ఆత్మజ్ఞానికి శాస్త్రములతో పనిలేదు	58
29	ఆత్మజ్ఞానియే విద్వాంసుడు	59
30	ఆత్మజ్ఞాని లక్షణము	60
31	ఓంకార రహస్యార్థము	62
32	గ్రంథకర్త అభిప్రాయము	64
33	స్వరూపమనోనాశనము	67
34	అరూపమనోనాశనము	,,
35	జీవేశ్వరులు భిన్నులు కానేరరు	69
36	ఆత్మకు స్వయంప్రకాశ లక్షణము	70
37	భ్రాంతిజ్ఞానము	71
38	జ్ఞాన అష్టాంగములు	73
39	అమరవారుణి మహిమ	76
40	బ్రహ్మసాక్షాత్కారము	77
41	యథార్థ దృష్టి	78
42	స్వస్వరూప స్థితిరహస్యము	79
43	నిర్గుణ ధ్యానము	80
44	నాదానుసంధాన ప్రభావము	83
45	ఆత్మ ఏ కర్తృత్వము లేనివాడు	85
46	సమస్తమును ఆత్మకంటె భిన్నములు	88
47	ప్రత్యాహార ధ్యానము	90
48	ఆత్మ సాక్షాత్కారానుభవము	92
49	దుఃఖముతో గూడిన దేహము	94
50	నిర్మలుడగు ఆత్మ	,,
51	ఇందుకు భావము గమనించుడు	95
52	బ్రహ్మసందర్శన యోగము రెండవ అధ్యాయము	97
53	అవిద్యతోగూడిన జీవుడు, పరమాత్మ భిన్నులుకారు	98
54	శుద్ధవాసన, మలినవాసనా లక్షణములు	99
55	మహావాక్యముల కర్థము	100
56	నిర్వికల్ప సమాధిస్థితి	105

ప్రకరణ
సంఖ్య విషయసూచిక

57 బ్రహ్మజ్ఞాని ఎచ్చోట శరీరమును విడిచినను నిర్బంధములేదు
58 జీవుడు సర్వవ్యాపి
59 ప్రాణలయక్రమము
60 సుషుమ్నానాడిమాహాత్మ్యము
61 చతుర్దశనాడుల వివరము
62 అశ్వత్థ వృక్షము
63 ప్రత్యాహార, ధారణ, ధ్యానసమాధి భేదములు
64 ధారణా భేదములు
65 ధ్యానభేదమును
66 సమాధిలక్షణములు
67 సమస్తము లయమొందుట
68 సర్వము శూన్యము
69 ఆత్మజ్ఞానములేని విద్వాంసులు, నిష్ప్రయోజకులు
70 అజ్ఞాన దోషము
71 మూఢు డెట్టివాడు ?
72 స్వరూపానుభవబోధ
73 తుర్యజ్ఞాన యోగము మూడవ అధ్యాయము
74 బిందు అనగా శుక్లోత్పత్తి
75 జ్ఞాని ఆత్మపూజ (షోడశోపచారములు)
76 బ్రహ్మమయుడు
77 ఉభయభ్రష్టుడు
78 యతీశ్వరుని మాహాత్మ్యము
79 పరమహంస లక్షణములు
80 గీతాసారయోగము నాలుగవ అధ్యాయము
81 ఓంకార మను రథము
82 సమాధిసిద్ధి ఏడు అంగములు
83 ధారణవలన నిత్యసుఖము గలుగుట
84 జగత్తు మిథ్యా స్వరూపము
85 కర్మమనగా నేమి ?
86 మనోనిగ్రహము
87 ఆత్మకృషి
88 పరిపూర్ణ బోధ

ఓమ్

శ్రీకృష్ణపరమాత్మనే నమః

శ్రీ

భగవదుత్తరగీతామృతము



బ్రహ్మప్రాప్తి పాదక యోగము.

మొదటి అధ్యాయము

పీఠిక

శ్రీభగవదుత్తర గీతా అనగా శ్రీకృష్ణభగవానుడు అర్జునునకు 18అధ్యాయములు భగవద్గీతను ఉపదేశించినతరువాత అర్జునుడు రజోగుణముతో గూడిన ప్రపంచకార్యములలో మునిగిపోవుటచే గీతార్థమును కొంతకాలమునకు మరచిపోయినందున మరల శ్రీ కృష్ణపరమాత్మని ఏకాంతప్రదేశమున శరణుజొచ్చి ఓయదు కులభూషణా! నేను మరచిపోయిన ఉపరబ్రహ్మ తత్వమును యోగజ్ఞానములున్ను మరల విశదముగా ఉపదేశింపుమని ప్రార్థింపగా శ్రీభగవానుడు మరల పరమాత్మతత్వమును యోగజ్ఞానమును కలిపి 4 అధ్యాయములు ఉపదేశించుట వలన శ్రీభగవదుత్తర గీతామృతసారమని పేరు గలిగెను.

అధికమైన భుజబల పరాక్రమము గల పాండుపుత్రుడవైన యో అర్జునా! యుద్ధరంగమునందు నాచే పలుమారు చెప్పబడిన పరబ్రహ్మ తత్వమును, యోగజ్ఞానములును మరల చెప్పుచున్నాను వినుమని భగవంతుడు ఉపదేశించుచున్నాడు.

మహనీయులారా!

భక్తశిఖామణులైన చదువరులకు విన్నవించుట యేమనగా శ్రీభగవద్గీతయందు ఉపదేశింపబడిన కర్మయోగమునకే యోగమనియు, కర్మములచే బంధింపబడక యుండెడి అవస్థయే జ్ఞానమనియు, బోధించిన పద్ధతిని మాని దీనియందు చెప్పబడిన అష్టాంగ యోగసాధనమునకే యోగశబ్దార్థమనియు, బ్రహ్మసాక్షాత్కార జ్ఞానమునకే జ్ఞానవాక్యమనియు స్పష్టముగ తెలియుచున్నది. కావున శ్రీభగవద్గీతకున్ను ఉత్తరగీతకున్ను గల తారతమ్య మిదియేయని ప్రతివారును మరువకుందురు గాక.

మరియును శ్రీభగవద్గీతను బోధించు కాలమున అర్జునుడు నిర్విషయస్థితిని పొంది యుండలేదు. అట్టి కాలమున యౌవ్వన దశయందుండుటచేత అప్పటికి నిష్కామకర్మయోగమే శ్రేష్ఠమైన సాధనముగా యుండెను.

ఇప్పుడు ప్రాపంచిక విషయములు నశించిన చిత్తము గలవాడై వానప్రస్థాశ్రమమున ఏకాంతస్థలమునందు యోగ ధ్యాననుష్ఠానములతో బ్రహ్మచింతన జేయు కాలమగుటచేత ఇది ని[illegible]మైన సాధనముగానున్నది. మహాత్ములు, ఋషీశ్వరులు, మొ[illegible]లగువారు మునిచర్యతో గూడినవారై అంత్యకాలమున యో[illegible] నిష్ఠలోయుండి శరీరము విడిచినవారై మోక్షమును జెందు[illegible] అనేక శాస్త్రములలో చెప్పబడియున్నది. కావున,

వ.99

బాగుగా విచారణ చేసినచో యీ ఉత్తరగీతయొక్క రహస్యము యోగధ్యానముల ననుసరించి యున్నదని స్పష్టముగ తెలియుచున్నది. దీనియందు హంసయోగము ముఖ్యమని తెలియుచున్నది. సాధనలో ఓంకారము. తక్కిన సాధనలన్నియు వీటియొక్క అంగములై కనుబడుచున్నవి. కావున ముఖ్యమైన అభిప్రాయము ఓంకారము. హంసలయొక్క ఐక్యసంధానము అనగా జీవబ్రహ్మైక్య సంధానమే నిష్ఠయనియు బాగుగా తెలియుచున్నది. ఇట్టిపరమోత్కృష్టమైన ఉత్తరగీతను, మునివృత్తి గలవార లెవరో, ఇంద్రియ విషయాదులను త్యజించిన వార లెవరో, సర్వకాలములయందును బ్రహ్మను సంధానపరులైనవార లెవరో అట్టివారికై పరమదయానిధి యగు శ్రీకృష్ణభగవాను డుపదేశించినవని బాగుగా తెలియుచున్నది.

మహనీయులారా! ఇది మన జీవితదశయొక్క ఉత్తర భాగము. యౌవ్వనకాలమందు బోధింపబడిన శ్రీ భగవద్గీత నిష్కామ కర్మాచరణయే శ్రేష్ఠముగా నున్నది. జీవిత పూర్వ భాగము అనగా వృద్ధాప్యకాలమందు మునిచర్యతో కూడినవారికి ఉత్తర గీతామృతసారమునందు ఉపదేశింపబడిన బ్రహ్మైక్య సంధానమే శ్రేష్ఠముగా నున్నది. కావున,

మొదట ఉపదేశింపబడిన శ్రీభగవద్గీతయందు గల నిష్కామకర్మయోగ మనుష్ఠించి అంతఃకరుణశుద్ధి గలిగిన తర్వాత ఉత్తరగీతయందు జెప్పబడిన అజప ఓంకారధ్యానమునకు అర్హులగుదురని తెలియుచున్నది. కావున ధ్యానయోగమే శ్రేష్ఠమైనది. ఎట్లనగా ప్రాణాయామాది కొన్ని అసనములు బహిరంగ సాధనముగా జేసికొని శ్రవణమననిధి ధ్యాసములను అంతరంగ

సాధనములుగా గ్రహించి ధ్యానయోగము సలిపినచో చాలాశ్రేష్ఠమైనదని చెప్పియున్నారు. కావున ప్రాణాయామాది కొన్ని యోగ సాధనములు లేనిచో ఇంద్రియశుద్ధియు చిత్తైకాగ్రతయు గలుగుట చాలా ప్రయాసగానుండును.

ఎట్లనగా కట్టెయందు గూఢముగానుండు అగ్ని మథనము చేయనియెడల ఏలాగు ప్రజ్వలింపజాలదో అలాగుననే ఆత్మానాత్మ విచారపరమగు ధ్యానయోగము వినా తనలో గూఢమైయుండు జ్ఞానాగ్ని ప్రజ్వలింపజాలదు. కట్టెయందు తీయబడిన అగ్నిచే హోమగుండము నందుండు సమస్త వస్తువులను ఏలాగు భస్మము చేయుచుండునో అలాగుననే జ్ఞానజ్యోతి అనగా ఆత్మైక్య బోధ గలిగినప్పుడు సమస్త కర్మములనెడు కట్టెలు భస్మమైపోవును. మరియును,

సాగరము దాటుటకు దృఢమైన నావయున్ను మంచి నేర్పరియగు కర్ణధారుడు అనగా నావనునడుపువాడు ఎట్లు అత్యావసరమో అలాగుననే సంసారమనెడు సాగరము దాటుటకు ఇచ్ఛగల మానవులకు మహాత్ముడగు సద్గురువను కర్ణధారుడున్ను దృఢాభ్యాసమైన అనుష్ఠానమను నావయున్ను యుండియే తీరవలయును. అట్లైనచో నిర్భయముగాను సులభముగాను భవసాగరముదాటి నిత్యానందపదవి జెందవచ్చును.

దైవాత్మ స్వరూపులారా!

ఇట్లు భగవదుత్తర గీతామృతమునందు జీవస్వరూపుడైన అర్జునునకు సాక్షాత్ పరబ్రహ్మ స్వరూపమును జెందునట్టి మార్గమేదియో అట్టి మార్గములనే యోగజ్ఞానములను మాత్రము

జ్ఞానస్వరూపుడైన శ్రీకృష్ణభగవానుడు నాలుగు అధ్యాయములలో సంగ్రహముగా ఉపదేశించియున్నాడు. కావున ఇట్టి సర్వోత్కృష్ట. మైన విషయములు సర్వులకు బాగుగా తెలియులాగున నాకంతగా విశేషజ్ఞానము పాండిత్యము లేకపోయినను నాయెరుకకొలది విశేష తాత్పర్యములతోను, భావార్థములతోను వ్రాయబడినది. కావున ఇయ్యది సర్వజ్ఞులైన పండిత బృందములకుకూడ విశ్వాస పాత్రముగా నుండునని నమ్ముచున్నాడను.

ఇట్లు
సర్వజన సుఖాభిలాషి,
పండిత మాకం తిమ్మయ్య శ్రేష్ఠి.

---:o:---

ఓమ్ - శ్రీకృష్ణపరమాత్మనే నమః.

ఓమ్ అస్య శ్రీభగవదుత్తరగీతాశాస్త్రసార మహామంత్రస్య॥
బ్రహ్మవిష్ణుమహేశ్వర ఋషయః।
గాయత్రి త్రిష్టు అనుష్టుప్ఛందాంసి।
ఆహవనీయ గార్హ్యపత్య దక్షిణాగ్నయస్థానానీ।
ఋగ్యజుస్సామవేదాః। నీలపీత శ్వేతవర్ణాః॥
అకారో బీజం, ఉకారశ్శక్తిః మకారః కీలకమ్॥
ప్రణవాదిసంపుటం శ్రీమహావిష్ణు ప్రీత్యర్థే జపే వినియోగః॥

-: అథ కరన్యాసః :-

ఓమ్ జ్ఞానాత్మనే శ్రీకృష్ణాయ అంగుష్ఠాభ్యాం నమః
,, ఐశ్వర్యాత్మనే గోవిందాయ తర్జనీభ్యాం నమః
,, శక్త్యాత్మనే వేదవ్యాసాయ మధ్యమాభ్యాం నమః
,, బలాత్మనే బలభద్రాయ అనామికాభ్యాం నమః
,, తైజసాత్మనే వాసుదేవాయ కనిష్ఠకాభ్యాం నమః
,, వీర్యాత్మనే గాండీవధన్వనే అర్జునాయ కరతల కర పృష్ఠాభ్యాం నమః

-: అథహృదయాదిన్యాసః :-

ఓమ్ జ్ఞానాత్మనే శ్రీకృష్ణాయ హృదయాయ నమః
,, ఐశ్వర్యాత్మనే గోవిందాయ శిరసే స్వాహా
,, శక్త్యాత్మనే వేదవ్యాసాయ శిఖాయైవౌషట్
,, బలాత్మనే బలభద్రాయ కవచాయ హుం

ఓమ్ తైజసాత్మనే వాసుదేవాయ నేత్రత్రయాయ వౌషట్
,, వీర్యాత్మనే గాండీవధన్వనే అర్జునాయ అస్త్రాయ ఫట్
,, భూర్భువస్సువరోమితి దిగ్బంధః॥

ధ్యానమ్.

శ్లో॥ ఆతామ్రపాణి కమలప్రణయ ప్రతోద
మాలోల హారమణికుండల హేమసూత్రమ్॥
ఆవిశ్రమాంబుకణ మంబుద నీలమవ్యా।
దాద్య ధనంజయ రథాభరణం మహోనః॥

శ్లో॥ వసుదేవసుతం దేవం కంసచాణూర మర్దనమ్
దేవకీ పరమానందం కృష్ణం వందే జగద్గురుమ్॥

బ్రహ్మప్రతిపాదక యోగము

మొదటి అధ్యాయము.

యోగశాస్త్రము



2వ అ. 7 శ్లో. అర్జునుడు శిష్యత్వము నెంచుట.

అర్జునునకు భగవానుడు అభయ మొసంగుట.

ఓమ్

శ్రీకృష్ణపరమాత్మనే నమః

శ్రీ

భగవదుత్తరగీతామృతము

యోగశాస్త్రము



బ్రహ్మప్రతిపాదక యోగము.

మొదటి అధ్యాయము

హరిః ఓమ్॥ వాచకః ప్రణవో యస్య క్రీడావదఖిలం జగత్ ।
శ్రుతివాఙ్మానసాతీతం వందే దేవకీసుతమ్॥౧॥

(1) తా॥ "ఓం మిత్యేకాక్షరంబ్రహ్మ" అను శ్రుతిప్రకారము ప్రణవ ముచేత అనగా ఓంకార స్వరూపుడని చెప్పబడువాడును, క్రీడానిమిత్తము సకలలోకములను సృజించుచున్నవాడును, వేదములకు మనస్సుకు గోచరము కానివాడును, భక్తులను అనుగ్రహించుటకొరకై అవతరించినవాడును అయిన శ్రీకృష్ణపరబ్రహ్మ స్వరూపమును నా హృదయకమలమునందు ప్రతిష్ఠింపజేసి చరణకమలములకు అత్యంత ప్రేమపూర్వకముగాను, వినయముతోను సాష్టాంగ ప్రణామంబు లాచరించి నేను వ్రాయబూనిన యీ శ్రీభగవదుత్తర గీతామృతయోగశాస్త్రము నిర్విఘ్నముగ పరిసమాప్తిని పొందుటకు ఆత్మస్వరూపుడైన భగవానుని మరల మరల ప్రార్థించుచున్నాడను.

శ్లో॥ అఖండ సచ్చిదానంద మవాఙ్మానసగోచరమ్
ఆత్మాన మఖిలాధార మాశ్రయేఽభీష్టసిద్ధయే॥ 2

(2) తా॥ శ్రీమదఖండ సచ్చిదానంద స్వరూపుండును, వాక్కులకు మనస్సుకు గోచరము కానివాడును, సర్వత్ర వ్యాపించియుండు ఆత్మస్వరూపుండును, స్వయంప్రకాశ స్వరూపుడై సర్వమునకు ఆధారభూతుండును, నిత్యానంద స్వరూపుండును కేవల జ్ఞానమాత్రుండై సుఖస్వరూపుండును బుద్ధికిసాక్షిగానుండు ప్రత్యగాత్మస్వరూపుండును ఉపనిషత్తులచే కొనియాడ బడువాడును అయిన శ్రీకృష్ణభగవానుని పరమపురుషార్థమగు మోక్షప్రాప్తి కొరకై ఆశ్రయించుచున్నాడను.

అర్జున ఉవాచ:-

శ్లో॥ పరంపరశ్యాః ప్రకృతేరనాది
మేకం విశిష్టం బహుదాగుహాసు
సర్వాలయం సర్వచరాచరస్థం
త్వామేవ విష్ణుం శరణం ప్రపద్యే ॥ 3

(3) తా॥ మూలప్రకృతికంటె అతీతముగా నుండువాడును, ఆదిఅంత్యములు తెలియనివాడును, అద్వైతస్వరూపము గలవాడును, బుద్ధి యను గుహలయందు అనేకవిధములుగా నిండియున్నవాడును, పిపీలికాది పర్వతము సమస్త స్థావరజంగములయందును అంతర్యామియై సూక్ష్మరూపము ప్రకాశించువాడును స్వయంప్రకాశమై నిత్యమై శాంతమై నిర్దోషమై నా బిందు కళాతీతమై చైతన్యస్వరూపమై ప్రత్యగాత్మ యనెడి శ్రీకృష్ణ బ్ర మును అయిన నిన్నే శరణు జొచ్చుచున్నాను. అనగా ప్రాప్యస్థానము సేవించుచున్నాను.

శ్లో॥ యదేకం నిష్కళం బ్రహ్మ వ్యోమాతీతం నిరంజనమ్
అప్రతర్క్య మవిజ్ఞేయం వినాశోత్పత్తివర్జితమ్॥

శ్లో॥ కారణం యోగనిర్ముక్తం హేతుసాధనవర్జితమ్
హృదయాంబుజమధ్యస్థం జ్ఞానం జ్ఞేయస్వరూపిణమ్॥

శ్లో॥ కైవల్యం కేవలం శాంతం శుద్ధ మత్యంత నిర్మలం
నిర్గుణం పరంజ్యోతి రప్రమేయమనుత్తమమ్॥ 6

శ్లో॥ ఆద్యంతరహితం సూక్ష్మం శివమద్వైత మవ్యయం
యద్జ్ఞాత్వాముక్తిమాగచ్ఛే త్తద్జ్ఞానం బ్రూహి కేశవ॥

(4-7) తా॥ జనార్దనా ! స్వజాతి విజాతి స్వగతభేదము లనగా నేమి? కళలు లేనిదియును పరబ్రహ్మస్వరూపమును, ఇరువదినాలుగు తత్వముల కంటే కారణమై ఆకాశమున కలితముగా గలదియును తమోగుణసంబంధ మగు జడములకు సంబంధములేనిదియును మనస్సుచే నూహించుటకు కానిదియును వాక్కుచే వర్ణించుటకు సాధ్యము కానిదియును అనువిధము లైన ప్రత్యక్షప్రమాణములకు తెలియరానిదియును జననమరణములు లేని దియును ప్రపంచోత్పత్తికి మూలకారణమైనదియును తనకంటే వేరులేనిది యును "ఆత్మ" గుహ యనెడు హృదయపద్మమునందు అంతర్యామి రూప ముతో నున్నదియును జ్ఞానస్వరూపము గలదియును మోక్షస్వరూపమైనది యును బంధము లేనిదియును నిర్గుణమైనదియును సర్వోత్తమమైన ప్రకా శము గలదియును పరిమితము లేనిదియును, తనకంటే యుత్తమమైనది వేరు లేనిదియును, ఆద్యంతములు లేనిదియును, చర్మచక్షువులకు గోచరము కానిదియును, మంగళకర మైనదియును భేదము లేనిదియును, ఒకేస్వరూ పము గలదియును, వికారరహిత మైనదియును అయిన పరబ్రహ్మస్వరూప మును ఏజ్ఞానముచే తెలిసికొని ముక్తిని జెందవచ్చునో అట్టి జ్ఞానము నుప దేశించుము.

శ్రీభగవానువాచః-

శ్లో॥ సమ్యగుక్తం మయాపూర్వం తత్విస్మృత్య పునఃపునః
సాధుపృష్టం మహాబాహో బుద్ధిమానసి పాండవ
యన్మాం పృచ్ఛసి తత్త్వార్థ మశేషం ప్రవదామితే॥ 8

(8) తా॥ అధికమైన భుజబలపరాక్రమముగల ఓకుంతీపుత్రా! యుద్ధ రంగమునందు పలుమారు పరబ్రహ్మతత్వమును గురించి గీతోపదేశమును జేసితిని. అయినను ఇప్పుడు ఏకాంతమునందు శరణుజొచ్చి మరల నడు గుటచేత పూర్వము చెప్పబడిన పరబ్రహ్మతత్వమును మరచినప్పటికిన్ని బుద్ధిమంతుడవై మరల జ్ఞాపకము దెచ్చుకొని యడుగుచున్నావని తెలిసి నీ యందుగల కరుణచే ఆ పరబ్రహ్మమును పొందుటకు సులభమైన మార్గ ములు యోగజ్ఞానములు విశదముగా జెప్పుచున్నాను శ్రద్ధగలవాడవైవినుము.

శ్లో॥ ఆత్మమంత్రస్య హంసస్య పరస్పర సమన్వయాత్
యోగేన గతకామానాం భావనా బ్రహ్మచక్షతే॥ 9

(9) తా॥ అర్జునా! జీవుడు "సోహం" అనెడు అజపమంత్రమును తనకు తానే సదా జపించుచుండును. ఈ రహస్యమును తెలిసికొనుటకు చిత్తవృత్తిని నిరోధించవలయును. అట్లు మనస్సు ఏకాగ్రత గలుగుటకు యోగాభ్యాసముచేత సదా ఆత్మధ్యానము చేయుచుండవలయును. ఎట్లనగా,

—: హంసభావము :—

ఈ ఓంకారమే సకలజీవజంతువులకున్ను శరీర మునానున్నది. ఇట్టి శరీరములయందు ప్రాణవాయువు రేచకరూపముగా ఊర్ధ్వముఖముగా వ్యాపించి సంచరించు చుండును. అపానవాయువు పూరకరూపంబున అధోముఖం బుగా వ్యాపించి సంచరించుచుండును. ఈ రెంటికి నడుమ

నుండు "ఆత్మను" బ్రహ్మ రుద్రేంద్రాది దేవతలు సదా ధ్యానించుచుందురు. ఈ ఆత్మయే "హంస" యని చెప్ప బడును. ఈ ఆత్మవల్లనే ప్రాణఅపానంబులు సంచరించు చుండును.

ఎట్లనగా, బిడ్డల చేతితో నెగురవేయబడిన చెండు క్రిందకు పైకి ఎగురుచు పడుచున్నట్లు ప్రాణాపానవాయువులు రెండున్ను యీ దేహమధ్యంబున షట్చక్రంబుల ఆధారమున పైకి క్రిందికి ఎక్కుచు దిగుచు దినము 1 కి. 21600 హంసలు రేచకపూరకరూపంబున నాసికాద్వారముల గుండా 12 అంగుళములు, బైటికివచ్చుచు 8 అంగళముల వరకు మరల లోపలికి పోవుచు యీ ప్రకారముగా ఇడా యనెగి సూర్యనాడినుండి పింగళ యనెడి చంద్రనాడి మార్గముగాను, పింగళ యనెడి చంద్రనాడినుండి ఇడా యనెడి సూర్యనాడిమార్గముగాను, మారిమారి తిరుగు చుండును.

ఒక త్రాటియందు కట్టబడిన పక్షిని ఆ త్రాడు ఏ ప్రకారముగా లాగుచుండునో అట్లు యీ రేచకపూరకంబు అనెడు ప్రాణాపానంబులు దీనికి నడుమ నుండు జీవుని పైకి క్రిందికి యీడ్చుచుండును. ఈ జీవుడు తద్వారా హంసకీలకం బగు "సోహం" అనెడు మంత్రమును తనకు తానే సదా జపించుచుండును. ఈ రహస్యము తెలిసి అభ్యసించువారే రాజయోగులు.

అట్టి యోగాభ్యాసముచేతనే మనస్సును బంధించవలెను. ఎట్లనగా నానాదిక్కులయందు పరుగెత్తి పోవుచు సంచరించుచుండు కోతిని పట్టి ఒక తాటితో కట్టి తీసుకొనివచ్చి ఇటునిటు సంచరించకుండ చేయునట్లు నానావిషయములందు విచ్చలవిడిగా వ్యాపించి సంచరించుచు భ్రమించుచుండెడి మనస్సు అను కోతిని ఈ హంససూత్రమునందు కట్టివేసిన యెడల స్వేచ్ఛగా విహరించుటకు వీలులేక అచ్చటనే నెమ్మదిగా నుండును. కాని వేరే ఏ ఉపాయముచేతను యీ మనస్సుఅను కోతిని కట్టుటకు సాధ్యపడదు.

—: ధ్యాన యోగాభ్యాసము :—

ఈ చిత్రపటమునందు కనబరచిన ప్రకార ముముక్షువు లైనవారు ఎవరైనను సరియే నీషణత్రయ లకుగాని, తాపత్రియములకుగాని, చిక్కక కామక్రో శత్రువర్గములను నశింపజేసి బాహ్యేంద్రియ అంతరే యములను మళ్ళించి మనస్సును చలింపకుండు ఏకాంతస్థలంబున నిర్మలచిత్తంబుతో ఆత్మస్వరూపు సర్వేశ్వరుని ధ్యానించుచు హింసాది పాపకృత్యమ జేయక పుణ్యకార్యములు జేయుచు ప్రతిఫలము కో ఏ కార్యమును జేసినను పరమేశ్వరునకు ప్రీతిగ

ముండినయెడల భ్రాంతి మమకారంబులు మొదలగు దుర్గు
ణంబులు క్రమక్రమముగా నశించి జననమరణరహితం



ధ్యా న యో గా భ్యా స ము

గు నిత్యసుఖ మొసగునట్టి అఖండమైన జీవన్ముక్తి
ద్ధించును.

చిత్తము నిర్మల మగుటకు సాధనమైన యోగము నభ్యసించవలెను. సాధుసాంగత్యము, వేదాంతశ్రవణము ఆత్మవిచారణ మొదలగునవి ముఖ్యముగ నుండవలయును. ఇట్లుండిన మనస్సు నిర్మలమగును. అటుపిమ్మట నిశ్చయ జ్ఞానము కుదురును.

కాలత్రయములకు చలింపక నిర్మలమై నిత్యమై ప్రకాశించుచుండు దివ్యజ్యోతి ఏదియో అదియే ఈశ్వరుడు. నిర్గుణుడై నిరుపాధికుడై సర్వజ్ఞుడై సర్వాంతర్యామియై యుండు పరబ్రహ్మమునకే ప్రణవస్వరూపు డనియు, ఓంకార స్వరూపు డనియు చెప్పబడును. కావున ఈ రహస్యమును శ్రీ సద్గురుమూలమున బాగుగా తెలిసికొని రెండవ చిత్రపటమునందు కనబరచిన ప్రకారము ప్రాణాయామ మభ్యసించవలయును.

ఆత్మమంత్రము - ప్రాణాయామము

శ్రీ సద్గురుముఖంబున బోధింపబడిన మార్గంబున పరమేశ్వరుని ధ్యానించువాడు ముక్తిని జెందగలడు. కావున ప్రాణాయామాభ్యాసము చేయుట అందరికి ముఖ్యవిషయ మగుటచేత ఉపనయనకాలమందును, సంధ్యానుష్ఠానకాలమందును, సంకల్పములు చెప్పు కాలమందును దీనిని అవశ్యముగా ఉపయోగించుటవలన దీనియందేదైన గొప్ప రహస్య ముండవలయును కదా? "ప్రాణాయామ" అను

పదమునకు ప్రాణుని అనగా జీవుని లేక ఆత్మను స్వాధీన ములో ఉంచుట అని అర్థము.



ప్రా ణా యా మ ధ్యా న ము

మఱియును సుఖముగా జీవించుటకున్ను స్వేచ్ఛగా యీ పాంచభౌతిక దేహమును విడిచి ఇష్టలోకప్రాప్తి జెం

దుటకున్ను శ్రేష్ఠమైనదని ప్రాణాయామ శబ్దార్థమువలన బాగుగా గోచరించుచున్నది. ఇప్పుడు ప్రాణాయామ అభ్యాసము గురించి విశదముగా జెప్పుచున్నాను వినుము.

రేచక పూరక కుంభకము లనంబడు వీటిని ప్రాణాయామ మని చెప్పబడును. ఆ ప్రాణాయామము వర్ణత్రియాత్మక మనగా అకార, ఉకార, మకారములతో కూడినది. రేచక, పూరక, కుంభకములతో ఆ వర్ణములను జపించుచుండ వలయును. అట్టి మూ డక్షరముల ఐక్యమే ప్రణవ మనియు, ఓంకారమనియు, చెప్పబడును. కావున వీటిని ధ్యానించువిధము సద్గురు మూలకముగా తెలిసికొని క్రింద చేప్పబడు విధముగా అభ్యసించవలయును.

పైజెప్పిన మూడక్షరములు అగ్నిబీజములనబడును. కావున ఆత్మ సాక్షాత్కారము బొందియున్న సద్గురుమూలకముగా గ్రహించినచో అధికఫలితమును పొందవచ్చును. ఎందుకనగా మూలికలకున్నూ, మంత్రములకున్నూ కలియుగమునందు అగస్త్యమహర్షి శాపముగలదు. కావున గురుముఖద్వారా తెలిసికొన్నచో శాపవిమోచనమై ఆమంత్రముల యొక్క ఫలము సిద్ధించునని శాస్త్రములయందు జెప్పబడియున్నది. కావున ఎడమనాసికద్వారా ప్రాణవాయువును రేచించినప్పుడు పదునారు మాత్రల కాల మకారమూర్తియగు పరబ్రహ్మను స్మరించి ఉదరములో

స్థిరముగా నిలుపవలయును. అగ్నిబీజముకూడా నెమ్మదిగా స్మరించవలయును.

పూరించిన ప్రాణావాయువును అరువది నాలుగు మాత్రల కాలము కుంభించి 'ఉ'కారమూర్తియగు విష్ణుమూర్తిని హృదయ కమలమునందు స్మరించి ప్రణవమును జపించవలయును. తరువాత అరువదినాలుగు మాత్రలు నిలుపశక్తిలేనిచో ఎంతవరకు నిలుపసాధ్యపడునో అంతవరకు ప్రణవజపముతో గూడ నిలిపి తరువాత పూరింపబడినవాయువును నిదానముగా 'మ'కారమూర్తియగుపరమశివుని స్మరించి కుడిముక్కు ద్వారా మెల్లమెల్లగా రేచించవలయును. అనగా మెల్లగ విడువవలెను.

పింగళద్వారా రేచించినప్పుడు 32 మాత్రల కాలముండవలయును. ఇట్టి దానికి ప్రాణాయామ మనబడును. మాత్రయనగా 16 సెకెండ్లు కాలమని తెలియవలయును. ఇట్లు పదునారుమాత్రలచే పూరించి అరువదినాలుగు మాత్రల కాలము కుంభించి ముప్పదిరెండు మాత్రలకాలము రేచింపవలయునని చెప్పబడియున్నది కాని అభ్యాసకులు వారివారికి ఎంతశక్తియో అంతవరకు చేయవచ్చును. పై చెప్పినప్రకారము జేయుట ఒక పూర్ణ ప్రాణాయామ మనబడును.

అభ్యాసకులు పై జెప్పినవాటిలో నాల్గింట ఒకభాగము సులభముగా అభ్యసింపవచ్చును. ఎట్లనగా నాలుగు మాత్రలచే పూరించి పదునారు మాత్రలచే కుంభించి ఎని

మిది మాత్రిలచే రేచింపవలయును. ఇంకను తగ్గించి చేయుట కూడ మంచిదే. అయితే ఒక భాగము పూరించి నాలుగు భాగములు కుంభించి రెండుభాగములు రేచింప వచ్చును. కాని అభ్యాసకులు క్రిందజెప్పిన విషయము మరువక ధ్యానించెదరు గాక.

ముందు జెప్పినప్రకారము ఇడాద్వారా పూరించి మరల కుంభించి పింగళద్వారా రేచించి మరల పింగళ ద్వారా పూరించి సుషుమ్నయందుగాని, భ్రూమధ్యమునందు గాని, హృదయమునందుగాని, కుంభించి అనగా మనస్సు గాని, దృష్టినిగాని నిలిపి ఇడాద్వారా రేచించినప్పుడు ఒక ప్రాణాయామము పూర్తియగునని తెలియవలయును. ఇలా గున ప్రాణాయామమును ప్రతినిత్యమును ఉదయము మధ్యాహ్నము సంధ్యాకాలము 25 ప్రాణాయామములు కాని 50 కాని లేక 80 కాని చేయుటకు అభ్యసించిన వారికి తప్పక ప్రాణజయము గలుగును.

శ్లో॥ శరీరజామజస్యాంతం హంసత్వంపారదర్శనం
హంసోహంసాక్షరం విద్వాఞ్జహ్యాన్మరణజన్మనీ॥ 10

(10) తా॥ జీవునియొక్క తత్త్వవిధి భూతమైన మోక్షమొసంగునట్టి పరబ్రహ్మసాక్షాత్కారము అనబడును. ఈజీవుడు అజపామంత్రము యొక్క రహస్యమును కూటస్థహంసాక్షరముల రెండును సాక్షిభూతమైన వస్తువును తెలిసికొన్నవాడు జీవన్ముక్తుడు. అనగా జనన మరణములు లేనివాడని యర్థము. అయితే జీవన్ముక్తుని లక్షణము లెట్టివనగా,

—: జీవన్ముక్తి లక్షణములు :—

జ్ఞాన మాత్రస్వరూపమగు ఆత్మయేనేను. నాకంటెఎక్కువ వస్తువేదియును లేదు. నేను అన్నిటకంటెను శ్రేష్ఠుడను. నేను శుద్ధనిర్గుణుడను. నేనుపరాత్పరుడను, నేను ఆత్మస్వరూపుడను, శరీరత్రయమునకు వేరుగానున్నాను. నేను శుద్ధచైతన్యస్వరూపు డను, నేను బ్రహ్మము, మోక్షమనునది ఆకాశము మీదగాని, పాతాళమునందుగాని, భూలోకమునందుగాని, లేదు. సకలసంకల్పములతో గూడిన మనస్సునశించి అనగా సకలసంశయములు నశించి శూన్యముగానుండుటే మోక్షము.

ధర్మాధర్మములున్ను, సుఖదుఃఖములున్ను, జననమరణ ములున్ను, సకల వ్యవహారములు, ఏమి సంభవించినను అవి అన్నియునుశరీరమునకుగాని, శరీరమునకంటెవేరుగానుండు ఆత్మ స్వరూపుడను నేను ఏవికారములున్ను లేనివాడను. నిత్యానందు డను, దేహేంద్రియాది సర్వజగత్తు అసత్యమైనది. సాక్షిస్వరూపు డును, సత్యమైనవాడును నగు పరబ్రహ్మమే నేను. అనుదృఢ నిశ్చయముగలిగి సకలభ్రాంతులున్ను, నశించి సదా ఆత్మానుభవ నిష్ఠయందున్నవాడే జీవన్ముక్తుడని తెలియుము.

ము

శ్లో॥ కాకేషు ఖకారాంత ముఖార శ్చేతనాకృతిః త్తరహిత

ఉకారస్యచ లుప్తస్య కోర్థస్సంప్రతిపద్యతే దినమొక

(11) తా॥ యీ శ్లోకమునందు "కాకి" అనుశబ్ద కనపరచిన చిత్రప సక్తిఉత్పత్తిని అవలంబించి సుఖదుఃఖముల నస క్యావస్థ జెందినప్పుడు చెప్పుచున్నారు. కాని ముఖ్యముగా గమనిం తెలియదు. కాని ప్రతినిత్య శబ్దముచేత చెప్పబడుచున్న జీవుడెవర

చైతన్యమనియు, జననమరణములకు హేతువైన సంసారమును త్యజింపుమనియు అనగా సంసారమునకు కారణమైన మనోవ్యాపారములను విడువుమనియు, మరలజన్మమునకు కారణములేనివాడుగ నుండుమనియు, చెప్పబడుచున్నది. ఏలనగా, అది ఇహమునందు సుఖదుఃఖములకు కారణముగానున్నది. కావున తనయొక్క స్థూలసూక్ష్మకారణ దేహములైన బాహ్యములను విడువుము. జీవన్ముక్తుడవు కమ్ము. అని యీ శ్లోకమునందు అకార, ఉకార, మకార స్వరూపమైన ప్రణవమును ఉపాసించువాడు, బ్రహ్మస్వరూపమును పొందుచున్నాడు.

మరియును "కాకిముఖ కకారాంత" అనగా బ్రహ్మాండ పిండాండ స్వరూపుడైన జీవుడనుట "కాకి" శబ్దమునందు ప్రథమ కకారముయొక్క అగ్రమునందు ఆకారము పురుషబీజము, ఉకారము ప్రకృతిబీజము కావున అకార ఉకారములు రెండు కూడగా ప్రకృతి పురుషస్వరూపుడైన జీవుడనబడును. మరియును "కాక" అనగా జీవుడు. శృతిప్రమాణముగా "అకారస్య" అనగా జీవత్వాకార మనుట "లుప్తస్య" అనగా అజీవత్వము నాశనమనుట. "కోర్థ" అనగా అఖండానందాద్వైత సచ్చిదానంద స్వరూపమైన బ్రహ్మమని తెలియవలయును. "తంప్రతిపద్యతే" అనగా బ్రహ్మమును పొందుటకు యుక్తమార్గమును ఎవడు తెలిసికొని సంధానమును జేయుచున్నాడో అట్టివాడు బ్రహ్మమును పొందుచున్నాడు అని తెలియవలయును.

యావత్పశ్యే త్ఖగాకారం
...కారం విచింతయేత్॥ 12
(10) తా॥

...రబ్రహ్మసాక్షాత్కారమునా! హంసస్వరూపుడైన యీజీవుడు ఎంతవరకు రహస్యమును కూటస్థహంస ప్రయత్నించునో అంతవరకు జీవాకారమునే తెలిసికొన్నవాడు జీవన్ముక్తుడు. అనగా బ్రహ్మస్వరూపమును తెలియువరకు యత్నము. అయితే జీవన్ముక్తుని లక్ష...ధారణ చేయుచుండవలయును.

యీ ప్రకారము జీవస్వరూపమును విచారించి తెలియనందు వలన మిధ్యయగుటచే తాను శూన్యమందు నిలిచి యాత్మ సాక్షాత్కారము గలుగ జేసుకొనుట దుర్లభము. మనుజులకు ఆయువు స్వల్పము గనుక వాయుధారణవలన ఆయుర్వృద్ధి జేసికొనవచ్చును. అట్లు అయుర్వృద్ధి జేసుకొని శ్రీ సద్గురువానుగ్రహము వలన బ్రహ్మసాక్షాత్కారమును గలుగ జేసుకొన వలయును. కాన ధారణయోగ పద్ధతిని విశదముగ తెలియజేయు చున్నాను వినుము.

—: ధా ర ణ యో గ ము :—

మొదట ప్రాణావాయువుచేత వాయువును ప్రత్యాహారము చేత ఇంద్రియములను వశపరచుకొని ఆమీద నిశ్చలమనస్సు గలవాడై సగుణము లేక నిర్గుణబ్రహ్మమునందు చిత్తమును స్థిరము జేయవలయును. ప్రత్యాహారమనగా సకలవిషయముల యందును విరక్తిగలిగి చలనములేని మనస్సు గలవాడై సిద్ధాసన స్థితుడై రెండు నాసికాద్వారములచేత ఇంతవరకు 9 శ్లోకమునందు చెప్పిన ప్రకారము రేచక పూరకములచేత వాయువును శిరస్సు పర్యంతము పూరించవలయును. ఆత్మస్వరూపుడైన పరమాత్మను ధ్యానించుచు మనస్సును నిలుపుటయే ధారణయోగమనబడును.

ఎవరు యీ ప్రకారము ప్రతినిత్యమును అభ్యసించు చున్నారో వారు శరీరమెట్లు నిలిపిన అట్లు నిలుచును. అభ్యాసము నందు చెమట పట్టును. మనస్సువిగియుండును. వృత్తిరహిత మగును. అప్పుడు వాయువుయొక్క రాకపోకలందు దినమొక జాము నిలుపుటకు సమర్థుడగును. క్రింద కనపరచిన చిత్రపటము ప్రకారము, ప్రత్యాహారము, పరిపక్వావస్థ జెందినప్పుడు ఏవిధముగా పరిపక్వమగునో మనకు తెలియదు. కాని ప్రతినిత్య

మ: న: అభ్యాసము మాత్రము చేయుచుండినట్లయిన ధారణధ్యాన సమాధియై స్వయముగా మారుచుండును.



పరిత్యాహార ధ్యానము.

ఎట్లనగా పుష్పపరిణామము పిందెయై అదే కాయయై అదే దోరగాయయై స్వయముగా పండై మారునట్లున్న

శిశువు స్వయముగా కుమారుడై యౌవనవంతుడై వృద్ధత్వము నధిష్ఠించినట్లు శ్రవణము బలపడి మననమై నిధిధ్యాసమై సాక్షాత్కారజ్ఞాన మగునట్లు యీ ప్రత్యాహార పరిపక్వము సమాధిగా పరిణమించును. ఇట్లు మనస్సు నిర్మల మగుటకు సంపూర్ణవిరక్తియు, ఏకాగ్రతదృష్టియు, కరుణయు, శాంతియు, భక్తియును తప్పక యుండియే తీరవలయు నను తత్వమును ప్రతివారును జ్ఞప్తిలో నుంచవలయును.

మరియును, మననేత్రములచేత ఏయే వస్తువులను జూచుచున్నామో, మనస్సుచేత ఏయే వస్తువులను తెలియుచున్నామో, ఏయే వస్తువులను తాకుచున్నామో, అవి అన్నియును ఏయొక్క బ్రహ్మముచేత ప్రకాశించుచున్నవో ఆ బ్రహ్మభావన సమాహితచిత్తము జేయుట ప్రత్యాహార మనబడును.

ఈ ప్రకారము మరణాంతరము వరకు చేయుచు శుభాశుభ కర్మము లన్నియు ఈశ్వరార్పణముగా జేయుటయే యథార్థమైన కర్మయోగముయొక్క చరమగతి యగును. నిత్యనైమిత్తికాది కర్మానుష్ఠానములు, కామ్యకర్మములైనను, ఫలముకోరక దైవారాధన జేయుటవలన ప్రత్యాహార మనబడును. ఈలాగున అభ్యాసనిష్ఠ సలుపు

వారియొక్క సమస్తపాపములు నశించుటయేగాక భవరోగ మగు అజ్ఞానముకూడ నశించును.

శ్లో॥ గచ్ఛంస్తిష్ఠన్స్వధాకాలం వాయుస్వీకరణం పరం
సర్వకాల ప్రయోగేన సహస్రాయుర్భవే న్నరః ॥

(13) తా॥ నడుచుచున్నను, కూర్చున్నను, నిలుచున్నను భోజన శయ్యానమయములందుగాని, పగలుకాని, రాత్రికాని, సర్వకాల సర్వావస్థల యందును 9.వ. శ్లోకమునందు చెప్పినప్రకారము నియమముతో వాయు ధారణచేయు మానవుడు ఏయొక్క దుఃఖావస్థలను పొందనివాడై మహానందముతో వేయిసంవత్సరములు అయుర్దాయము గలవాడగును. కావున ఇట్లు వాయుధారణ చేయుటకు బ్రహ్మనిష్ఠాభ్యాస రహస్యమును తెలిసి కొనుము.

—: బ్రహ్మనిష్ఠాభ్యాస రహస్యము :—

ఓంకారప్రణవమును ధ్యానించుచు నామరూపక్రియా శూన్య శబ్దరహితుడైన పరబ్రహ్మము నే నను ధృఢభావము గల వాడై సదాకాలము స్వస్వరూపమునందు దృష్టి నిలిపి దానినే భావించుచుండుటవలన సకలసంకల్పములు నశించి (స్వానుభూతి) అనగా బ్రహ్మసాక్షాత్కారము సిద్ధించును. ఎట్లనగా,

రెండుకట్టెలను యెడతెగక ఒకటితో నొకటి రాచుటవలన ఆ కట్టెలయందుండి అగ్ని ఉత్పత్తి యగుచు ఆ కట్టెలను దహించి రూపనామములు లేక నాశనముజేసి వాటితోకూడ అగ్ని నశించి పోవునట్లు శుద్ధమనస్సు క్రింద కట్టెగాను, ప్రణవమంత్రము మీది కట్టెగాను భావించి, నిరంతరధ్యాన మనెడి మథ

నంబు జేయుటవలన జ్ఞానాగ్ని ఉత్పత్తియగుచు అశుద్ధమన స్సును ప్రణవమును రెంటిని దహించి వాటితోగూడ జ్ఞానాగ్నియు ఉపశాంతి నొందును.

అట్లు ఉపశాంతి పొందుటవలన స్వానుభూతి యనెడు బ్రహ్మసాక్షాత్కారము సిద్ధించును. అనగా ఇంద్రియములచేత తెలియరానిది రూపనామక్రియలు లేనిది అజ్ఞానరహిత మైనది అట్టి పరబ్రహ్మమే (అహంశబ్దము) అనగా ఆత్మస్వరూపముగా నున్నది. కాన ఆ పరబ్రహ్మమే ఆత్మస్వరూప మనియు, ఆ ఆత్మయే పరబ్రహ్మ మనియు తెలిసికొన్నవాడు, సత్యముగా బ్రహ్మస్వరూపి అగుచు జననమరణదుఃఖములు లేనివా డగు చున్నాడు.

శ్లో॥ ఖ మధ్యేకురు చాత్మాన మాత్మమధ్యే చ ఖం కురు ।
ఆత్మానం ఖం మయం కృత్వా న కించి దపి చింతయేత్

(14) తా॥ చిదాకాశమధ్యమునందు జీవాత్మను, ఆత్మమధ్యమునందు చిత్తాకాశమును చేర్చవలయును. అనగా జీవబ్రహ్మలకు భిన్నములు లేవని దృఢభావనతో నుండుట. మరియును, జీవాత్మను చిత్తాకాశమయముగా జేసి ఇతరవిషయములను బొత్తిగా మరచిపోవలయును. కావున, చిత్తాకాశము యొక్క సంగతిని వివరముగా జెప్పుచున్నాను వినుము.

—: చి దా కా శ ము :—

చిదాకాశ మనియు, చిత్తాకాశ మనియు, భూతాకాశ మనియు, మూడువిధములు. చిత్తాకాశము భూతాకాశము ఈ రెంటిని ఏది యెరుగుచున్నదో, ఆ తెలివియే జ్ఞానాకాశ మనియు, ఆత్మ

యనియు, బ్రహ్మ మనియు చెప్పబడును. కావున అట్టి శుద్ధతెలి విని తెలిసికొనియుండవలయును. ఈ చిత్తము ఒక నిమిషము లోపల ఒకచోటినుండి మరియొకచోటికి వ్యాపించుచుండును. అట్లు ఒకచోటినుండి మరియొకచోటికి చిత్తము వ్యాపించు చుండగా ఏ జ్ఞానము మధ్యస్థముగా నుండునో ఆ జ్ఞానమే చిదా కాశము అని చెప్పబడును. మరియును, మనోవృత్తులయొక్క సంకల్పవికల్పములు లయోదయములకు మధ్య సాక్షిగా నుండు జ్ఞానమే చిదాకాశము. ఆ చిదాకాశమే నేనని భావించి తద్రూ పముగా నుండుము.

అట్లు చిదాకాశమునందు సకలసంకల్పములు నశించి తన్మ యంబుగా నుండుదువేని సర్వాధిష్ఠానమై పరమ శాంతముగా నుండు పరబ్రహ్మస్వరూపుడవు కాగలవు. దృశ్యము లన్నియు అసత్యమని తెలియుటయే విచారజ్ఞానము. చిద్రూపమగు వస్తువు బ్రహ్మ మనియు, జ్ఞేయ మనియు చెప్పబడును. అట్టి చిద్వస్తువు తానని సదా తన్మయంబుగా నుండుట కైవల్యము. కావున, యీ మనస్సు ఒక విషయమునుండి మరియొక విషయమునకు పోవు నప్పుడు ఆ మధ్యన నుండు చిత్తచలనము లేనిస్థితియే చిదాకాశ మనియు, నిర్వికల్పసమాధి యనియు, స్వస్వరూపస్థితి యనియు చెప్పబడును. కావున తద్రూపముగా నుండుము.

శ్లో॥ స్థిరబుద్ధి రసమ్మూఢో బ్రహ్మవి ద్బ్రహ్మణి స్థితః
బహిర్వ్యోమస్థితం నిత్యం నాసాగ్రే చ వ్యవస్థితమ్
నిష్కళం తద్విజానీయా చ్ఛ్వాసోయత్ర లయం గతః॥

(15) తా॥ అర్జునా! నిశ్చలమైన బుద్ధిగలవాడును, అజ్ఞానరహితుడును, బ్రహ్మజ్ఞానము గలవాడును, ఎల్లప్పుడు బ్రహ్మమునందే మనస్సు గలవాడై, ప్రాణాయామాభ్యాసపరుడై నాసాగ్రమునం దున్నదియును, బాహ్యాకాశమం దున్నదియును, కళారహితమును ఇంద్రియసంబంధశూన్యమైనదియును అయిన పరబ్రహ్మమును తెలిసికొనవలయును. బ్రహ్మనిష్ఠుడు శృంగాటమునందు మనస్సు నిలిపి ధ్యానించ వలయును. కావున, ధ్యానము చేయు విధ మెట్లనగా,

—: ధ్యా న యో గ ము :—

ధారణయందు సిద్ధి గలిగినవారికే యీ ధ్యానయోగము హృదయమునందు స్థిరపడును. ఎట్లనగా మొదట సగుణధ్యానమున్ను, తర్వాత నిర్గుణధ్యానమున్ను అభ్యసించవలెయునని తెలియుచున్నది. మొదట సగుణధ్యానమందు మనస్సు స్థిరత లేనిచో నిర్గుణధ్యానమందు మనస్సు స్థిరపడుట కష్టమని తలంచియే మహాత్ములు చెప్పియున్నారు. బాల్యావస్థయం దుండువానికి ఒక మహాత్ముని పటమును చూపించిన ఆ బాల్యావస్థలో బొమ్మయొక్క అందము, వర్ణము రూపము మొదలైనవి జూచి ఆనందించుచు నిశ్చేష్టితుడై యుండును.

అతడే పెద్దవాడైనతరువాత ఆ మహాత్ముని పటముయొక్క అందముజూచి ఆనందించుచు అప్పు డప్పుడు ఆ పటమునందుండు మహాత్ముని మహిమను అతీతవైరాగ్యమును గ్రహించి జ్ఞానాదికారుణ్యాదులయందు మనస్సును

ప్రవేశింపజేసి, ధన్యత్వము నొందుటకు విచారించును. ఆలాగుననే సాకారరూపమునందు మనస్సు తృప్తిపొందక నిరాకార మగు దివ్యగుణములలో మనస్సు లయించును కదా ?

అదేప్రకారము సగుణధ్యాన సౌందర్య అలంకారములకు బాల్యప్రియముగల మానవులమనస్సు ఆనందించునుగాని, నిర్గుణస్వరూపమగు సర్వేశ్వర అంతఃశక్తిలో మనస్సు రంజింపజాలదు. పరమేశ్వరుని తత్వమునందు మనస్సు పోకుండిన ఆనందము పొందజాలరు. ఎట్లనగా,

రోగమువచ్చిన బాలుడు చేదైన మందు తినజాలడని మిఠాయిలోగాని, మంచిపండ్లలోగాని, బెల్లములోగాని దాచిపెట్టి ఇచ్చినచో ఆ బాలుడు అత్యంతసంతోషముతో తినుచున్నాడుగదా ! అందువలన వ్యాధి ఎట్లు కుదురునో, ఆ ప్రకారముగానే మహాత్ములు విగ్రహారాధన యని విగ్రహములద్వారా చైతన్యమగు సర్వేశ్వరుని అర్చన ధ్యానాదులచే క్రమక్రమముగా నిరాకార బ్రహ్మమునందు మనస్సు లయ మగునని సాకారరూపములగు విగ్రహారాధనలను ఏర్పఱచి ''ఈ జనులు ఏవిధముచేతనైనను పరబ్రహ్మ తత్వవిషయమందు ప్రవర్తింపవలయు'' నను తలంపుతో ఇట్టి ఆరాధనలు ఏర్పరచిరి. కాని, అజ్ఞానము తోకాని, మూఢబుద్ధితోకాని మహాత్ములు ఏర్పఱచిరని తెలియుట మన అజ్ఞానమే కారణము. ఉపనిషత్తులలోను,

యోగశాస్త్రములలోను, నిర్గుణబ్రహ్మోపాసనమే శ్రేష్ఠమని స్పష్టముగా తెలియుచున్నది.

ముందు జెప్పినప్రకారము ప్రాణాయామముచే వికసితమై ప్రకాశించుచున్న హృదయకమలమధ్యమే పరమేశ్వరమందిరముగా భావించి అష్టగుణములతోను, ప్రకాశమగు జ్ఞాననాళముతోను ప్రణవధ్యానముచే ప్రబోధితమై సర్వత్ర వ్యాపించి ప్రకాశించుచు జ్ఞానాగ్నితోగూడి తేజోమయమై యుండు ఆత్మస్వరూపుడే హృదయకమలమందు నివసించుచున్నాడని భావించి ధ్యానించవలయును. ధ్యానకాలములో తన శరీరమంతయును అట్టితేజస్సుతో ప్రకాశించుచు గొప్పదీపమువలె మూలాధారాది చక్రములు ఒక్కొక్క ఆధారముతోగూడ ఆత్మను యీశ్వరమయముగా ధ్యానించవలయును తర్వాత,

రెండునేత్రముల మధ్యమున విద్యుల్లేఖసమానముగా ప్రకాశమైనదియును, సూక్ష్మమై వడ్లముక్కు సమానమైనదియును, ప్రజ్వలించుచున్నది అగు యీశ్వరస్వరూపమును ధ్యానించవచ్చును. అట్టి అగ్నిజ్వాల శిఖయందు పరమకారుణ్యమూర్తియైన పరమాత్ముడగు పరమేశ్వరుని ధ్యానించుటయే ధ్యాన మనబడును. మఱియును బ్రహ్మ విష్ణు మహేశ్వరులనుగూడ పరబ్రహ్మస్వరూపమని ఆ పరబ్రహ్మమే ఆత్మస్వరూపమని భావించి, ఎవరు ధ్యానించుచున్నారో అట్టివారి పాపము లన్నియు నశిం

చును. అట్టి ఆత్మను సంధానధ్యానము జేయువాడు సాక్షాత్ పరబ్రహ్మస్వరూపు డగును. క్రమముగా, వేదవేదాంత రహస్యమగు జ్ఞానము సిద్ధించును. అట్టి జ్ఞానముచేత అజ్ఞానముయొక్క విషయవాసనలు నశించగా అట్టిజ్ఞానమే వానికి ముక్తి గలుగజేయును. ఇట్లు ఎవరు ధ్యానించుచున్నారో వారికి ఈశ్వరకృపచేతనే జ్ఞానము సిద్ధించును. సంశయము లేక నమ్ముము.

శ్లో॥ పుటద్వయ వినిర్ముక్తో । వాయుర్యత్ర విలీయతే
తత్రసంస్థం మనఃకృత్వా । ధ్యాయేత్పార్థ! త మీశ్వరమ్॥

(16) తా॥ హే పార్థా! నాసారంధ్రములనుండి బయలువెడలిన వాయువు ఎచ్చట లీనమగుచున్నదో అచ్చట మనస్సు నిలిపి ఆత్మస్వరూపు డగు పరమేశ్వరుని ధ్యానించవలయును. అట్లు సర్వసంకల్పములు నశించి కేవలము జ్ఞానమాత్రముగా బ్రహ్మస్వరూపముగానే యుండుటకు బ్రహ్మజ్ఞానులు సదా జ్ఞానప్రాణాయామమునే అభ్యాసము జేయుదురు. కావున జ్ఞాన ప్రాణాయామమును నాచరించువిధమును విశదముగా జెప్పుచున్నాను. ఆదేవిధముగా నీవును శ్రద్ధ గలవాడవై అట్టి జ్ఞానప్రాణాయామమునే అభ్యసించుము.

:— జ్ఞా న ప్రా ణా యా మ ము :—

ఎట్లనగా, నానావిధనామరూపములు గల ఆభరణము లన్నియును బంగారమునకంటే వేరుగా లేనట్లు దేహేంద్రియాది ప్రాణ మనోబుద్ధి చిత్తాహంకారాది ప్రపంచము సర్వమున్ను బ్రహ్మమునకంటే వేరుగా లేనందున సర్వమును చిన్మాత్రర్షాప

మగు బ్రహ్మముగా తెలిసి ఆ బ్రహ్మము తానుగా భావించి తదాకారముగా నుండినయెడల ప్రాణావాయువు అంతఃకరణము దానికి సంబంధములగు సకలవృత్తులు తమకు తామే ఆత్మస్వరూపుడగు తనయందు లయించిపోవును. అట్లు సకలవృత్తులున్ను తనయందు లయించుటే జ్ఞానప్రాణాయామ మనబడును. ఇందుకు నిదర్శనము యీ అధ్యాయము 37 శ్లోకమునందు చిత్రపటమును గమనించుడు.

రేచకమనగా :- రూపనామక్రియలన్నియు అసత్యములనియు, మాయాకార్యము అనియు తెలిసి అవి తాను గానని వాటియందలి భ్రాంతిని విడిచిపెట్టుట.

పూరకమనగా:- ఆత్మస్వరూపుడగు తాను నామరూపక్రియలులేని శుద్ధమైన వస్తువు ఇతూ నేనని భావించుట.

కుంభకమనగా:- అట్లు తాను స్వస్వరూపుడగు తానున్ను, బ్రహ్మమున్ను, ధ్యానమున్ను విడిచిపెట్టి సకలసంకల్పములను నశింపజేసి కేవలప్రజ్ఞామాత్రముగా బ్రహ్మస్వరూపముగానే నుండుట.

బ్రహ్మజ్ఞానులు, ఇట్టి రేచకపూరక కుంభకములతో గూడిన జ్ఞానప్రాణాయామమునే సదా అభ్యాస పూర్వకముగా ధ్యానము జేయుదురు. కాని అజ్ఞానుల రీతిగా ముక్కు పట్టుకొని పీడించుట ప్రాణవాయువును బంధించుట, అనెడి కర్మయోగమును ప్రాణాయామమును జేయజాలరు. మరియు నను,

ప్రత్యాహారమనగా:- నిత్యానిత్యములగు చేతనా చేతనములు సర్వమున్ను సచ్చిదానంద పరబ్రహ్మముగా భావించుట.

(2) ధారణయనగా:- మనస్సు దేనిదేనియందు వ్యాపించునో, ఆ వస్తువు లన్నిటిని బ్రహ్మముగా భావించి ఆ బ్రహ్మము నందే మనస్సును నిల్పుట.

(3) ఆత్మధ్యానమనగా:- దేహేంద్రియములు, ప్రాణములు మనస్సు సకల దృశ్యములు నేనుగాను, "యీ దృశ్యము లన్నిటిని యెరుగుచుండెడి దృగ్రూపమగు ఆత్మయే బ్రహ్మము; ఆ బ్రహ్మమే నే నని దృఢముగ సదా ధ్యానిం" చుటే, ఆత్మధ్యానము.

(4) సమాధి యనగా:- ఆత్మస్వరూపుడగు నేను, బ్రహ్మము అనెడి ధ్యానమున్నుకూడ మరచి తాను వృత్తిశూన్యుడై సదా కేవల నిర్గుణ నిర్వికారచిన్మాత్రముగా నుండుటే సహజమైన నిర్వాణసమాధి నో అచ్చట ఉ— ఇట్లు తెలిసికొని సదా అభ్యాసము చేయువా[illegible]యును. అట్టి యోగి యనబడును. అతడే బ్రహ్మైక్య మనెడి విదేహ కైవల్యముక్తిని పొందునుగాని, తక్కినవారు ఎంత కష్టపడినను అట్టి పదవిని పొందజాలరు.

శ్లో॥ నిర్మలం తం విజానీయాత్ । షడూర్మిరహితం శివం
శివగుప్త తనూపేత । మానందం పరమవ్యయం ॥

(17) తా॥ అర్జునా! "నిర్మలం" అనగా పంచమలములు లేనివాడును ఆకలిదప్పులు లేనివాడును, షడూర్ములు లేనివాడును, మంగళకరుడును, శుభకరమైన దేహము కలవాడును, ఆనందరూపుడును, సర్వోత్తముడును, నాశములేనివాడును అయిన పరమేశ్వరుని నిశ్చల మనస్సుగలవాడై ఇది వరకు చెప్పినప్రకారము నియమముతో ధ్యానించవలయును. పంచమలము లనగా,

:- పంచమలములు :-

(1) అణవమలము, (2) కార్మిక మలము, (3) మాయక మలము, (4) మాయెయ మలము, (5) తిరోధాన మలములు.

(1) అణవమల మనగా:- బ్రహ్మజ్ఞానము పలుమారు పుట్టుచుండగా దానిని మరగుపరచునది.

(2) కార్మిక మల మనగా :- వేదాంత విషయములను పెద్దలు బోధించుచుండగా దానిని నిశ్చలబుద్ధితో వినక పరామరికగా యుండుట.

(3) మాయకమల మనగా :- ఒకప్పుడైనను పరమాత్మ ధ్యానము జేయుటకు బుద్ధి పుట్టుకుండుట.

(4) మాయెయమల మనగా:- సచ్చిదానందపరబ్రహ్మము నందు అసత్యబుద్ధిని పుట్టించి ఇతరదేవతలను ఆ దేవతామంత్రములను, మంత్రార్థములను సత్యము లని నమ్ముట, బోధించుట.

(5) తిరోధానమల మనగా:- సదా పాపకర్మములయందే ఇచ్ఛగలిగి పాపకార్యములే జేయుచుండుట. ఈ పంచమలములు లేనివారికి తప్పక బ్రహ్మజ్ఞానము గలుగును.

-: షడూర్మ్యులు :-

అకలి, దాహము ప్రాణావాయువుయొక్క వికారములు, శోకము, మోహము మనస్సుయొక్క వికారములు, చావుపుట్టు కలు యీ సమస్తము యీస్థూలదేహముయొక్క వికారములు. ఈ అరున్ను షడూర్మ్యులు. యివి తానైన అత్మకు లేవనియు,

తాను పరబ్రహ్మమగు అత్మస్వరూపుడ ననియు, తెలిసి దృఢ బుద్ధితో ఈ దేహేంద్రియాది సకలప్రపంచము మాయాభ్రాంతి వలన గలిగిన దనియు ఇవన్నియు అసత్యము లనియు తెలిసి వానియందు అభిమానము వదలిపెట్టి వీటివలన సాక్షిభూతుడ ననియు తన కీ జీవత్వము కల్పితం బగుటవలన మిధ్యయనియు జీవసాక్షిగా నుండు పరబ్రహ్మమే ఆత్మస్వరూపు డగుటవలన ఆ పరమాత్మయే తానని జ్ఞానముగలవాడవై ఆత్మధ్యానము జేయుము.

శ్లో॥ స్వయ ముచ్చలితే దేహే । దేహీ త్యక్త్వాసమాధినా
నిశ్చలం తం విజానీయా । త్సంసార రహితమ్ శివమ్॥

(18) తా॥ అనేకజన్మములచే వచ్చుచున్న ప్రారబ్ధకర్మమువలన వచ్చుచుండిన ఈ దేహము సుఖదుఃఖములు అనుభవించుచుండినను మనస్సుచలించక యా వికారములు పొందక ధైర్యముతో ధ్యానయోగము చేత తెలియదగిన సచ్చిదానంద పరబ్రహ్మస్వరూపమే యని ఆ నిశ్చయాత్మ స్వరూపమును దెలియుటయే సమాధి లక్షణము.

అట్టి విషయవాసనలను విడిచిపెట్టినను ప్రారబ్ధకర్మములు తొలగుటకు మార్గము వెతుకవలయును. అట్టి మార్గము నెఱుంగుటకు పరబ్రహ్మ స్వరూపమగు ఆత్మ సంధానము తప్ప వేరుమార్గము లేదు. కావున నిష్కామ భావన గలవారై సమస్తకర్మములను అత్మస్వరూపుడైన పరమాత్మ కర్పించి దృఢనిశ్చయముతో ఆత్మధ్యానము చేయుటవలన క్రమక్రమముగా ఆగామి సంచితప్రారబ్ధ కర్మములు నశించును. అట్టి కర్మములు చెప్పుచున్నాను వినుము.

ఆగామిసంచిత ప్రారబ్ధ కర్మములు

(1) సంచితకర్మ మనగా:- అనాదిగా వచ్చుచున్న ఈ జీవుడు పుణ్యాపాపకర్మములను జేయుచుండును. అట్లు ఒకనాడు

జేసిన పుణ్యపాపకర్మములే అనేకజన్మములకు కారణమై యుం డును. ఇట్లు బ్రతికియుండునంతవరకు చేయు పాపపుణ్యము లన్నియు ప్రోగు అగును. ఇదియే సంచితకర్మము.

(2) ప్రారబ్ధకర్మ మనగా:- చచ్చుటకు పుట్టుటకు ఆసం చితములో కొంత భాగించుకొని అట్లు భాగించుకొనిన కర్మముచేత శరీర మెత్తినతర్వాత కొన్నికర్మములు జేసి అందువలన గలిగిన సుఖదుఃఖముల ననుభవించుట ప్రారబ్ధకర్మ మనబడును.

(3) ఆగామికర్మ మనగా :- ప్రారబ్ధమువలన గలిగినట్టి సుఖదుఃఖముల ననుభవించుచు అట్టికాలమున మరల చేయు నట్టి కర్మములకే ఆగామికర్మము లనిపేరు. ఇట్లు అనాదికాల సంచిత కర్మపరిపాకమువలననే జాతి, నీతి, ఆయువు, భోగ ములు మొదలగునవి సమస్తము యేర్పడుచున్నవి. ఎట్లనగా,

-:కర్మపరిపాకమే జన్మకారణము:-

పుణ్యపాప మిశ్రమకర్మములే సూక్ష్మబీజములై యున్నవి. ఆ సూక్ష్మబీజములైన పూర్వజన్మకర్మములు కూడ నిదేవిధముగ యీ జన్మమున గాని, వచ్చేజన్మమున గాని, కర్మములకు సంస్కారబీజము లగుచున్నవి. ఈ సంస్కారము కొన్ని తీవ్రమైనకర్మములుగ నుండును. కొన్ని సమయములందు యీ జన్మముననే ఫలించు చున్నవి. అనగా అతిఘోరమైన దుర్మార్గపు కర్మములు గాని, మంచి సన్మార్గపు కర్మములుగాని, యీ జన్మముననే

పొందుచున్నాము. ఎవరు మంచిసంస్కారమువలన అద్భుత మైన ఆత్మశక్తి బడయగలరో వారు చావకయే యీ జన్మ మునవే తమశరీరములను దేవతాశరీరములుగా మార్చు కొందురని మహానుభావులు, యోగులు, చెప్పుచున్నారు. ఇంకను అనేక మహాత్ములు యోగపురుషులు శాస్త్రగ్రంథ ములయందుకూడ పేర్కొనియున్నారు.

మరియును, మనము (విద్యుచ్ఛక్తిని) అనగా ఎలక్ట్రిక్ కరంటును, భూమియందు ఏభాగమున కైనను, ఎచ్చటకైనను, పంపగలుగుచున్నాము. కాని దానిని పంపు టకు తీగెలు ముఖ్యముగా కావలెను కదా? ప్రకృతియో తన శక్తిని ఏ సహాయములేకయే, అధికముగ అనేకస్థలములకు తనయిచ్ఛప్రకారము పంపుటకు శక్తిగలిగి యున్నది. ఆ ప్రకారమే మనముగూడ ఎందుకు చేయగూడదు? ఎట్ల నగా ఆ ప్రకారమే మనమనస్సు అను విద్యుచ్ఛక్తిని మనము పంపుటకు శక్తులమై యున్నాము. మనమనస్సు అనునది విద్యుచ్ఛక్తిపోలె యున్నది. మనశరీరమునందు పారు నాళద్రవమునందు కొంచమో అధికమో యీ విద్యు చ్ఛక్తి ననుసరించి నడచుచుండునని ఎల్లరికి తెలిసిన విషయమే. ఇట్లుండగా,

మనమనస్సు అను విద్యుచ్ఛక్తిని శరీరమునం దుండు నరముల సహాయము లేకయే కావలసిన స్థలముల కెందుకు పంపగూడదు? కనుకనే, యోగి యగువాడు యీ

కార్యము సత్యము స్థిరము అని తెలిసి ముఖ్యముగా ఆచరింపవలసిన విషయమని దృఢముజేసికొని ఆ కార్యము ఆచరించినప్పుడు మనము యీ ప్రపంచ మంతటను యీ విద్యుచ్ఛక్తిని పంపగలుగుచున్నామని చెప్పుచున్నాను. ఇట్టిశక్తి గలవా రెవరైనను సరియే యీ ప్రపంచమున ఏభాగమందైనను ఏస్థలముననైనను, ఇట్టికార్యము చేయుటకు శక్తిగలిగి యున్నారు. ఎట్లనగా,

ఇప్పు డొకడు తన ఇంద్రియసహాయముచే పనులు చేయుచున్నప్పుడు వానియందుండు ఆత్మసహాయమువలననే జరుపుచున్నా డనియు, సజీవు డనియు, ఆత్మసహాయము లేనిచో అప్పు డతడు నిర్జీవు డని చెప్పుచున్నాము కదా ? ఏ కార్యము లైనను ఆత్మసహాయములేనిది ఎంత మాత్రము కాజాలదు. పూర్వజన్మకర్మములవలననే ప్రపంచమునందుగల దేహము లన్నియు ఉత్పత్తి అయినవి. ఈ దేహములయందు గలుగు భేదములు ఆయాకర్మలకు తగినట్లు ఏర్పడినవి. ఈ శరీరమును పెంచిన దెవరు. ? ఆహారము భుజించున దెవరు ? భుజించిన ఆహారమును నెత్తురుగా మార్చువా రెవరు ? వాస్తవముగ నీవే. అనగా నీలో యుండె ఆత్మయే. ఇట్లు నెత్తురుగా మార్చబడిన పదార్థమును శుభ్రపరచి శరీరమునందలి సమస్తనాడులకు పంపువా రెవరు ? అదియును నీవే కనుక,

మనమే మనశరీరముల కధిపతులము. ఈ శరీరములయందు మనమే నివసించియున్నాము. కాని శుష్కించిన శరీరములను మరల శక్తివంతముగ జేయుజాసమును, మరచియున్నాము. నేడు మనస్థితి కడుహీనముగా నున్నది. యోచన లేకయే మన మన్నికార్యములు జేయుచున్నాము. ఈ శరీరమునందలి సూక్ష్మములగు యణువులను మరల సరియగుత్రోవలో, నుంచు టెట్లో యని మనఃస్వభావమును మరచియున్నాము. నేడు మనము స్వాభావికముగా చేయు కార్యములన్నిటిని శాస్త్రములయందు చెప్పినప్రకారము శుభకార్యములే చేయుచుండవలయును. ఈ శరీరములు మనవి. వీనికి మన మధిపతులము. వీనిని క్రమమైన త్రోవకు తేవలయును. ఇట్లు మంచికార్యము లెప్పుడు చేసెదమో, ఎప్పుడు మన ఇచ్ఛాప్రకారము మనశరీరములను కుదురపరచెదమో అప్పుడు వ్యాధులుగాని జననమరణములుగాని కలుగనేరవు.

మరియును పూర్వజన్మకర్మములు అను సూక్ష్మబీజములు పెంపొంది కార్యము లగుచున్నవి. ఇవి కనబడక ఇంద్రియములందు దాగియుండుట వలన రానురాను కార్యము లగును. ముందు కర్మములు క్షీణించి క్షీణించి అతి సూక్ష్మము లగును. ఇకమీదట వచ్చేకార్యములకు కారణ మగును. ఎట్లనగా ఒకవృక్షము ఒకబీజమునకు కారణమైయుండ నీవిత్తనమే వేరొక వృక్షమునకు కారణ

మగుచున్నది. అట్లనే నేడు మన మనుభవించు కర్మము లంతయు పూర్వసంస్కారఫలిత మగుచుండగా మరల చేయుకర్మములు వచ్చే జన్మమునకు సంస్కారము లగు చున్నవి. ఈ విధముగ మనజీవితములు గడుచుచుండును. కావున, కారణ మెంతకాల ముండునో, అంతకాలము అన్నివిధములగు జీవులరూపమున కార్యములు వెలువడు చుండును. అనాదికాల సంచితకర్మ పరిపాకము యీ విధ ముగా తెలియజేయుచున్నది. కనుక,

వారివారి పూర్వజన్మ కర్మములనుబట్టి యొకడు దేవతగను, ఒకడు మానవుడుగను, ఇంకొకడు పశువుగను, మరియొకడు దయ్యముగను ఇట్లు అనేకవిధములుగ జన్మిం చుచుందురు. ఈ జీవితములలో కర్మఫలము లనేకములుగ నుండును. ఎట్లనగా, ఒకడు నూరు వత్సరములు ఒకడు డెబ్బది వత్సరములు ఒకడు ఏబదివత్సరములు మరి యొకడు ఇరువది వత్సరములు ఒకడు పదివత్సరములు ఒకడు రెండువత్సరములు జీవించును. వీనికి జీవితమనగా నేమో తెలియదు. ఇట్టి తారతమ్యము లన్నియును వారి వారి కర్మముల ననుసరించి వచ్చుచుండును.

మరియును నొకడు సౌఖ్యముగ నుండవలయునని కోరుచుండును కాని వానికర్మము దరిద్రదశకు తెచ్చి వేయును. ఒకడు దరిద్రదశయందుండి సౌఖ్య మెట్టిదో

ఎరుగడు. ఒక్కొక్కరిని నట్టడవియందు కట్టివైచినను సౌఖ్యములు వారిని వెదుకుకొనుచు వారిదగ్గరకు వచ్చి చేరుచుండును. ఒక్కొక్కరి జీవిత మంతయును కష్టములతో నిండియుండును. అట్టివా డెచ్చటికి పోయినను కష్టములు వాని వెన్నంటియుండును. వీరిద్దరికి భేదమెట్లు గలిగెను? అది వారివారి పూర్వకర్మఫలము. సన్మార్గ మెప్పటికిని సౌఖ్యమునిచ్చును. దుర్మార్గ మెప్పటికిని దుఃఖములు గలుగజేయు చుండునని శాస్త్రములు చాటుచున్నవి. కావున పుణ్యకర్మమే శ్రేష్ఠము.

శ్లో॥ ప్రతిభాశూన్యం మనశ్శూన్యం బుద్ధిశూన్యం నిరామయం
సర్వశూన్యం నిరాభాసం సమాధిస్థస్యలక్షణమ్
త్రిశూన్యం యోవిజానీ యాత్సద్యోముచ్యేతబంధనాత్॥

(19) తా॥ అర్జునా! కనబడుచున్న దేహాది ప్రపంచమునకు హేతుపైన మనస్సు లేదనియును ఘటపటాది నిశ్చయాత్మకమగు బుద్ధి లేదనియును; నిర్మలమును, నిరామయమును, తనకు వ్యతిరిక్తమైన ప్రపంచమంతయు మిథ్య యనియు, ఆనందకరమైన బ్రహ్మ మేది కలదో అట్టి పరబ్రహ్మ తానొక్కడే అయి యుండుటవలన భ్రమలుగాని సంకల్ప వికల్పములుగాని శూన్యమై నిర్వికల్పంబున యుండు స్థితియే సమాధి యనబడును. మరియును,

ద్రష్ట, దర్శనము, దృశ్యము, యీ మూటిని విడిచిపెట్టి వీటికి విలక్షణముగా, సాక్షిగా, స్వయంప్రకాశముగా, బ్రహ్మస్వరూపుడుగా యుండుటయే సమాధి యనబడును. జీవన్ముక్తుడు దేహాభిమానము వదులుటకు మార్గము, స్వరూపానుభవము ముఖ్యముగా కావలయును. కావున చెప్పుచున్నాను వినుము.

—: స్వ రూ పా ను భ వ బో ధ :—

సముద్రమునందు మునిగియున్న కుండకు దానిలోపలను, వెలుపలను, జలము పరిపూర్ణముగా వ్యాపించియుండునట్లు నీకు లోపలను వెలుపలను నీదేహముమీదను క్రిందను నీకు ఇరు ప్రక్కలయందును నీకు అష్టదిక్కులయందును ఇక్కడను అక్కడను ఎక్కడను సర్వత్ర పరబ్రహ్మమగు "ఆత్మ" పరిపూర్ణముగా వ్యాపించియున్నది. ఇది వినా రెండవవస్తువు ఏదియునులేదు. అట్టి సర్వపరిపూర్ణపరబ్రహ్మమగు ఆత్మయే నీవగుచున్నావు. అది తెలిసి సదా తన్మయుండుగా నుండుము.

మరియును, రూపశూన్యమగు బయలునం దుంచబడిన కుండయందు, లోపలను వెలుపలను ఏమియును లేని శూన్యముగా నుండునట్లు నీకు లోపల నుండు అంతరవృత్తులు అనగా, సంకల్పవికల్పములు, కామములు యత్నించుచు, నీయందలి బాహ్యవృత్తులు, అనగా జ్ఞానేంద్రియములు చేయుక ర్మవ్యాపారములున్ను, శూన్యముగా జేసి తన్మయంబుగా నుండుము.

గ్రాహ్యము గ్రహింపబడిన వస్తువు, గ్రాహకము అనగా గ్రహించువస్తువు నీవు గావు. నీకు ఏ సంబంధమునులేదు. కావన యీ రెంటిని, నీ వనెడి తలంపునుకూడ విడిచిపెట్టుము. సకల తలంపులు విడిచిపెట్టి శేషించిన వస్తువగు కేవల చైతన్యరూపమగు ఆత్మయే నే నని తెలియుము.

మరియును "ద్రష్ట" అనగా, జీవుడున్నూ 'దర్శనము' అనగా జీవసంబంధమగు అంతఃకరణమున్ను, "దృశ్యము"

అనగా, దేహేంద్రియాది ప్రపంచమున్ను, నీవు గావు. కావున యీ మూటిని విడిచిపెట్టి వీటికి విలక్షణసాక్షిగాను, స్వయం ప్రకాశముగాను, అధిష్ఠానముగా నుండు పరబ్రహ్మమే "ఆత్మ." ఆత్మయే నేనని భావించుచు సకలసంకల్పములున్ను నశింప జేసి, యెరుకమరుపులు లేక కేవల నిర్వికల్ప ప్రజ్ఞామాత్ర ముగా నుండు స్థితియే, జాగ్రదావస్థ నిద్రావస్థలను మీరినట్టిది ఏదియో అదియే ఆత్మానుభవస్థితి యనియు, స్వానుభవస్థితి యనియు బ్రహ్మసాక్షాత్కారస్థితి యనియు చెప్పబడును. ఇట్లు స్వానుభవస్థితి తెలిసి సదా తన్మయంబుగా నుండుము. ఇదియే పరమతత్వరహస్యము.

శ్లో॥ అమాత్రం శబ్దరహితం స్వరవ్యంజన వర్జితం
బిందునాదకళాతీతం యస్తం వేద స వేదవిత్॥ ౨౦

(20) తా॥ అర్జునా! కనబడుచున్న [illegible]ములు లేనిదియును, శబ్దముల కతీత మైనదియును, అక్షర[illegible]కములైన పెదవులు లేనిదియును, నాదబిందుకళల కతీత మైనదియును, అయిన బ్రహ్మము నెవ్వడు తెలిసి కొనుచున్నాడో, అతడు వేదసారము నెరిగినవా డనబడుచున్నాడు.

మరియును, మనోబుద్ధి చిత్తాహంకారములకు ఉత్పత్తిస్థానమైన అహం కారమునకు బీజభూతమైన మూలప్రకృతి యనెడు పరాశక్తిబిందు వనియు, ఆ పరాశక్తి బిందువును ఛేదించుకొని పుట్టిన నాల్గువిధములైన వాక్కుల ధ్వనియొక్క సమూహమే నాదమనియు ననబడును. క్షేత్రజ్ఞ చైతన్య జీవు లని యెడు నామధేయముల సముదాయమే కళ యనబడును. వీటికన్నిటికిని అతీ తమైన బ్రహ్మమును దెలిసినవాడు సర్వవేదాంతతత్వజ్ఞు డనబడును. పైచెప్పిన అహంకారమే సర్వశక్తిస్వరూపమై యున్నది. కావున వివరముగా చెప్పు చున్నాను వినుము.

-: అహంకారము, లేక సర్వశక్తి :-

అహంకార మనగా నేమి ? శక్తియే అహంకారము. వాసన కాదు, చేష్టకాదు. నీ కొక కోరిక యుండిన నీ అహంకారము యొక్క శక్తిలో నీకు సందేహము గలిగినదని తెలియుము. పర మాత్మకు సంకల్పములేదు. కాని అతనిసంకల్పము ప్రకారము అన్నియు నడచును. నీశక్తిని నీవు నమ్మినప్పుడు నీవొక కార్య మును చేయుదువు. మనకు శక్తిచాలదనుకొనువారు ఒకఫల సిద్ధికై కృషిచేసి శ్రమపడుదురు. దేశకాల నిమిత్తములో అది ఫలించును. మనము తలచిన క్షణములోనే మనకోరిక ప్రకారము ఫలము కోరుట అజ్ఞానము. ప్రతికార్యముయొక్క ఫలితములు దేశకాలనిమిత్తములు, కల్పారంభసమయముననే నీ చేతను ఈశ్వరునిచేతను, నిర్ణయింపబడినవి. నీవు చేసుకొనిన నిర్ణయ మును నీవే మార్చుకొనుటకు యత్నించుట అజ్ఞానము. కావున దేశకాలనిమిత్తములను లెక్క చేయక నీకోరికలను, వాటిఫలిత ములను, నీ ఆత్మస్వరూపమును, అనంతజ్ఞానమును, అనంత శక్తిని, అనంతరూపు డగు భగవంతునికే విడిచిపెట్టుము. మరి యును,

జీవుడు, ప్రత్యేకాత్మ, అతడు, పరమాత్మ. అను భేద మించుకయు లేదు. "ఏకమేవా ద్వితీయం బ్రహ్మ" అనునట్లు అహంకార మనగా, సమత్వము. వాసనాచేష్టలు లేనిది అనగా, జ్ఞానముతో గూడినది. అట్టిజ్ఞానము నీకు లేనిచో వాసనాచేష్టలు నిన్ను బంధించును. శక్తి నీలో పరిపూర్ణమై యున్నది. ఆ శక్తియే నిన్ను నడిపించుచున్నది. నీవు సరియగు దృష్టిని పొంది ఆమెకు సహాయ మొనర్పుము.

మరియును, నీవే భోక్తవు. భర్తవు. సృష్టించువాడ వగుట చేత నీవే సాక్షివి. శక్తి తనపనిని సరిగా నడిపించుచున్నదని పరిశీలింపుము. భోక్తవగుటచేత ఫలితము ననుభవింపుము. భర్తవగుటచేత ఆధారమును (విశ్వమును.) ఆమె నిలుపుటలో సహాయ మొనర్పుము. తామసగుణముచేత ఉదాసీనము చేయకుము. రాజసగుణముచేత ద్వేషముచే ఆమెనుధ్వంసము చేయకుము. అహంకారము నీవు చేయుకార్యములకు భంగముకలిగించుచున్నదని ఎన్నడును తలపకుము. నీవే జ్ఞాతవు. నీకు గోచరించు సమస్తజ్ఞానమును గ్రహింపుము. ఈప్రకారము నీ జీవితకాలము ప్రీతికార్యములైన సాధనములతో ప్రవర్తింపుము. ఆ శక్తి మాతయే మిగిలిన దంతయు జేయును. తొందరపడకుము. మంచికాలము నీకు ముందు గలదు. కాని, తామసగుణముతో జేరి కాలము దుర్నడతలచే వృథా చేయకుము.

శక్తినిగూర్చి నీ కింతవరకు చెప్పినది ఎందుకనగా, శక్తియే యోగమునకు మూలాధారము. శిరస్సుయొక్క అగ్రభాగమందున్న సహస్రారకమలమందు శక్తియున్నది. అచ్చటనుండియే అన్నిపనులు చేయుచుండును. ఆ కమలమునందు శక్తికి క్రింద మేధస్సు యున్నది. ఆ మేధస్సుకు పైభాగమున ఉత్తమమైన బుద్ధియున్నది. దానిక్రింద మేధస్సుకు మధ్యభాగము నాక్రమించి అల్పబుద్ధి యున్నది. ఆ మేధస్సునకు అడుగున మనస్సుతో గలిసి నరమున్నది. దీనిని మనము విజ్ఞాననాళ మని చెప్పవచ్చును. జ్ఞానము, బుద్ధి, విజ్ఞానము యీ మూడున్ను మేధస్సుయొక్క భాగములు. ఈ భాగము లన్నియును సూక్ష్మ

శరీరములో యున్నవి. స్థూలశరీరభాగములతో సంబంధించి యున్నవి.

ఇంకను గుండెకాయకు పైభాగమున వస్తువులను తెలిసి కొను ఐదు ఇంద్రియములతో గూడిన మనస్సుకలదు. దాని యడుగున చిత్త మున్నది. దానిక్రింద సూక్ష్మప్రాణములు కలవు. ఇవి అన్నియు సూక్ష్మదేహములోనే అణగి యున్నవి. కాని, పై చెప్పబడిన స్థలములలో స్థూలదేహమునకు అతుకబడి యున్నవి. స్థూలదేహములోగూడ రెండుభాగము లున్నవి. అవి స్థూలప్రాణము, అన్నమయము, లేక భౌతికశరీర మని చెప్ప బడును.

ఈ శరీరమునకు సర్వాధికారి నీశ్వరునిశక్తి యై యున్నది. ఇది ఒక యంత్రముగా నున్నది. ఎట్లనగా ఈ శక్తియే అన్ని పనులు చేయును. బుద్ధిచే జ్ఞానమును మనస్సుచే ప్రపంచవస్తు రూపదర్శనమును, చిత్తముచే ఊహావేశములను ప్రాణముచే భోగమును (సుఖములను) పొందును. ఈ శక్తి ప్రతికరణము యొక్క ఆదాయము ననుసరించి కార్యము జేసినచో పరిపూర్ణత గలుగును. కాని ఆక్రమమునకు భంగమునకు రెండుకారణము లున్నవి. కరణములో నొకదాని కొకటి పొరబడుట ప్రాణము కావున తదితరవిషయములలో కలియకుండగ శక్తిని గమనించ వలసియున్నది. అట్లు గమనించక తామసములలో బడి యుం డుటవలన మానవుడు నీచు డగుచున్నాడు. అనగా ప్రాణమునకు దాసు డగుచున్నాడు. అట్లే బుద్ధిచేత చేయవలయునని ఆలో చనలు, చిత్తమునకు స్థానమైన ఊహావేశములు గలుగును. అప్పుడు సంకరము సంభవించును.

ఎట్లనగా ప్రేమ చిత్తమునకు సంబంధముగా నున్నది. ఆ ప్రేమ బుద్ధితో గలిసిన మానవుడు తనప్రేమపాత్రుడైన మిత్రుని చూచి పొరపాటుబడి తనకర్తవ్యమును మరచి మూర్ఖుడగును. అందువలన అతడు కోపము, రాగము, ద్వేషము మొదలగువానికి దాసు డగును. ఇదేవిధముగా ఒకవస్తువును విమర్శన చేయవలసినచో మనస్సులో ఆలోచన చేయవలయును. బుద్ధి కర్తుపడిన నా మానవుడు చూచున దెవరు ? చూచితినని చెప్పుట వేరగును. అట్లే. బుద్ధిచే ఆలోచనచేసి చూడవలయును. మనస్సు ఆవేశస్థానమగు చిత్తము యీ రెండును సర్వాధికారియగు జ్ఞానమునకు స్థానమైన అహంకారముతో ఐక్యము కలుగజేసికొని నష్టైన జ్ఞానమునకు బదులు అజ్ఞానము వృద్ధి యగును. కావున,

ఒకపని చేయు యంత్రమును, మరియొక పనికి సమకట్టినతో ధర్మసంకరము సిద్ధించును. ఇట్లే సామాన్యమానవకోటిలో యీ ధర్మసంకరము నిత్యము గలుగుచునే యున్నది. ఇవి దుష్టకార్యములయొక్క ఫలితము. కాన ముఖ్యకర్తవ్యము జ్ఞానము, శరీరమునకు అధిష్ఠానదేవతయగు పరమేశ్వర మంత్రిస్వరూపుడగు అహంకారము లేక శక్తి ఇట్లు తామసముతో పడియుండుట చేత తక్కినసమస్త ఇంద్రియములు ధర్మకార్యములను విడచి తమఇచ్ఛానుసారముగా కార్యములు చేయుచుండును. అప్పుడు జీవుడు నీచుడై ఒకరికి సేవకుడై దాస్యత్వము చేయువాడై అధికారహీను డగును. దీనికి అజ్ఞానమే కారణము.

ఇట్లు తెలియుటయే యథార్థమైన జ్ఞానము. దీనిని ఉపయోగించుమార్గము చెప్పుచున్నాను. ఎట్లనగా అది అభ్యాసము

వలన తెలియవలయునేకాని ఎంత వినినను, ఎంత చదివినను, ఎంత బోధించినను తెలియుట కసాధ్యము. ధైర్యము గలవాడు తన అహంకారశక్తితో గూడిన శరీరయంత్రమును వశము జేసి కొనగలడు. కాని అట్లు చేయుటకు మొదలు అతడు యంత్రమును యంత్రస్థలోని సమస్తవివిధభాగములను అహంకార శక్తియొక్క మర్మమును అనగా అసలు తన ఆత్మస్వరూపమును యీశ్వరునియందు తెలిసికొనవలయును.

—: ప్రకృతిని జయించుట :—

అహంకార మను ఈశ్వరశక్తి మంచిపనులు చేయుటకు ప్రయత్నించినను ప్రకృతి అడ్డము వచ్చును. కావున మొదట ప్రకృతిని జయించువరకు మంచికర్మములు చేయుటకు ప్రారంభించరాదు. మొదట అహంకారశక్తిని సిద్ధింపజేసికొని ముఖ్యాధారమైన శరీరయంత్రమును శుద్ధి జేసికొని తదనంతరము కర్మాచరణకు ప్రయత్నించవలయును. ఇట్లు కర్మాచరణకు ప్రయత్నించినప్పుడు తప్పక ప్రకృతి అడ్డము వచ్చును.

ఎందుకనగా, ప్రపంచమునందు మానవులు సహజమైన లక్షణములతో పరిపూర్ణత జెందలేరు. ప్రకృతి యొక్క గుణము తామసముతో గూడినది. అధర్మపనులనే చేయించు స్వభావముగలది. కావున ప్రయత్నముతో

ధర్మకార్యములు చేయుటకు యత్నించినను విఘ్నములు గలిగించుచుండును. ఇది సమస్తమానవులకు సహజమై యున్నది. కావున ఈ ప్రకృతిని జయించుటకు సులభోపాయము యోగసాధనమే. అదియే మిక్కిలి శ్రేష్ఠము. అట్లు యోగసాధనము జేయనివారు నిత్యసుఖమును పొందజాలరు. ఎల్లప్పుడును దుఃఖములతో పెనుగులాడుచుందురు. కావున సద్గురుమూర్తిమూలముగా ఈ యోగము నభ్యసించు మార్గము బాగుగా తెలిసికొని అభ్యసించినచో అహంకారశక్తిని సులభముగా వశముజేసుకొని పరిపూర్ణమైన నిత్యసుఖమును పొందవచ్చును. ఈ అహంకారశక్తియే మనలో నుండు దుర్గుణములను సమస్తమును సమూలములముగ నశింపజేయును.

—: గ్రంథకర్త అభిప్రాయము :—

మరియును, "నేను మానవుడను; అజ్ఞానము గలవాడను; పరిపూర్ణత జెందుటకు శక్తిలేనివాడను; నిస్సహాయుడను; ఇట్టి నన్ను అనుగ్రహించిన కరుణామూర్తి సర్వశక్తిస్వరూపుడునైన సద్గురుమూర్తివలన జన్మాంతరములనుండి వచ్చుచున్న కర్మబీజములను ఈ యోగాగ్నివలన నశింపజేసితిని. నేను నిశ్చయబుద్ధిజ్ఞానమును పొందితిని. నేనే సర్వశక్తిగలవాడను. పరిపూర్ణుడను. పరబ్రహ్మమునకున్ను, నాకున్ను భేదమించుకయు లేదు. సమస్తము

నేనై యున్నాను" అను దృఢవిశ్వాసమును పొందవల యును. ఇట్లు కర్మాచరణచేయ శక్తియే అహంకారము. ఆ శక్తియే లోకమాత. ఆమెయే పరబ్రహ్మస్వరూపము.

ఇట్లు దృఢవిశ్వాసము గలవాడై శరీర మను యంత్రమును పరిశుద్ధతచేసి తన వశమునందుంచుకొనవల యును. ఒక్కొక్క ఇంద్రియ విషయమును మళ్ళించుట అనగా మనస్సును విషయములందు ప్రవేశింపనియ్యకుండగా, బుద్ధిచిత్తములను ధర్మకార్యములయందు నియమించుట. ఇట్లుజేసిన పూర్వజన్మకర్మములు తప్పక నశించును. ఎప్పుడు పూర్వసంస్కారములు నశించుచున్నవో అప్పుడు ఆధారశుద్ధి యగును. అప్పుడే అహంకారశుద్ధి యగును. అప్పుడు నీవు పురుషోత్తముడవు. అప్పుడు సహస్రారకమలమందున్న అహంకారశక్తియే సమస్త ధర్మములు నడుపుచున్నదని నీకు తెలియును.

శ్లో॥ ప్రాప్తే జ్ఞానేన విజ్ఞానే జ్ఞేయే చహృదిసంస్థితే
లబ్ధశాంతి పదే జీవే నయోగోనైవ ధారణా ౨౧

(21) తా॥ అర్జునా! శ్రీ సద్గురుమూర్తివలన ఉపదేశింపబడిన జ్ఞానము వలన జ్ఞేయస్వరూపంబైన పరబ్రహ్మమును పొందినవాడు అనగా సర్వ వేదాంతసారమగు పరబ్రహ్మస్వరూపమును తనహృదయకమలమునందు దేహోపాధిగల జీవుడు ప్రత్యక్షముగా ప్రకాశించుచుండు బ్రహ్మమే "ఆత్మ." ఆత్మస్వరూపుడే బ్రహ్మమని అనందించుచున్న మహానుభావుని

యీ యోగమువలన ప్రయోజనము లేదు. ఇట్లు బ్రహ్మసాక్షాత్కారము పొందినమహానుభావుడే జీవన్ముక్తుడని చెప్పబడును. ఇంకను జీవన్ముక్తుని లక్షణములు వినుము.

—: జీవన్ముక్తుని లక్షణములు :—

అధ్యాత్మోపనిషత్తు :- బ్రహ్మమునందు లీనమైన యోగి నిర్వికారుడుగాను, నిష్క్రియుడుగాను ఉండును. బ్రహ్మమే ఆత్మయనియు ఆత్మయే బ్రహ్మమనియు తత్వవిచారణచే తెలిసి సమరస ఐక్యభావమును పొంది సకల సంకల్పములను నశింపజేసి సకలమును మరచి తాను తానై, కేవల సాక్షిమాత్రమై యుండు వృత్తియే ప్రజ్ఞ యనబడును. ఇట్టి ప్రజ్ఞగలవాడే జీవన్ముక్తుడని చెప్పబడియున్నది. యీ విషయము యీ అధ్యాయము. 10 శ్లో॥ నందు కూడ జెప్పబడియున్నది.

మరియును, సాధువులు తన్నుభూషించినను దూషించినను, కోపతాపములు లేనివాడై సర్వత్రా సమభావన గలవాడై "మనస్సే నానావిధకార్యములు చేయుచున్నది. సుఖదుఃఖముల ననుభవించుచున్నది ఈ మనస్సువల్లనే బంధములు గలుగుచున్నవి, గాని నేను ఏకార్యమును జేయుటలేదు. నేను ఏదియును అనుభవించుటలేదు. కేవల సాక్షిమాత్రుడను. అకర్తను. అభోక్తను." అను నిశ్చయజ్ఞానము గలవాడు దేవామృతమును పానముజేసినవాడై అకలిదప్పులు మొదలగు ఏ వికారములు లేనివాడై, ఎల్లప్పుడును సంతోషము గలవాడై పూర్వకర్మానుసారముగా ఏది ప్రాప్తించునో దానితోడ తృప్తిపొందుచు సదా బ్రహ్మైక్యానుసంధానము జేయుచుందురు. అట్టివారే జీవన్ముక్తు లని తెలియుము.

శ్లో॥ యో వేదాదౌ స్వరః ప్రోక్తో, వేదాంతే చ ప్రతిచాక్షర
తస్య ప్రకృతిలీనస్య యః పర స్స మహేశ్వరః యా

(22) తా॥ నాలుగు వేదములయందును, సకల వేదాంతశాస్త్రము యందును, ఏ ప్రణవస్వరూపంబు కొండాడబడుచున్నదో అట్టి ప్రణవస్వరూపమైన శుద్ధ ప్రకృతియందు లీనమై యుండు పరాశక్త్యావస్థల యొక్క సమస్త తత్త్వము బాగుగా తెలిసి, వాటియందు ఏ సంబంధము లేనివాడై అతీతుడై సాక్షిమాత్రుడుగా నుండువాడే మహాత్ముడు. అట్టి మహాత్ముడే మహేశ్వరు డనియు, ఆత్మజ్ఞాని యనియు చెప్పబడును.

—: ప్రణవస్వరూప నిర్ణయము .—

ఋగ్యజుస్సామాది వేదములున్ను, సకలఉపనిషత్తులున్ను ఏ పరబ్రహ్మను శ్రేష్ఠ మని కొండాడుచున్నవో, సకలమైన తపస్సులున్ను ఏ పరబ్రహ్మను గురించి చెప్పబడియున్నవో, ఏ పరబ్రహ్మపదమును కోరి గురుకులవాసము చేయుచున్నారో అట్టి పరబ్రహ్మమే ఓంకారస్వరూప మనియు, ప్రణవస్వరూప మనియు, చెప్పబడును. కావున అట్టి ప్రణవస్వరూపమును విశద ముగా చెప్పుచున్నాము వినుము.

(ఓమ్‌కారం యోనజానాతి) ధ్యానబిందూపనిషత్తునందు చెప్పబడిన శృతిప్రకారము ఎనిమిది అంగములు, నాలుగుపాదములు, మూడుస్థానములు, ఐదుదేవతలున్ను గూడినదే ఓంకార మనబడును. ఈశ్వరతత్త్వమందు మాయాప్రతిబింబము మహాకారణ మనబడును. ఈశ్వరునియొక్క స్థూల, సూక్ష్మ కారణము లనెడు శరీరములు మూడున్ను మాయాప్రతిబింబ మగు మహా

యీ యీశరీరమున్ను గూడి యీ నాలుగుశరీరములున్ను ఈశ్వర దినసంబంధము లైనవి.

మూ॥ జీవతత్వమందు అంతఃకరణ ప్రతిబింబము మహాకారణ శరీర మనబడును. ఈ జీవుని స్థూల, సూక్ష్మ, కారణ శరీరములు మూడున్ను అంతఃకరణ ప్రతిబింబమగు మహాకారణ శరీరమున్ను యీ నాలుగు శరీరములున్ను జీవసంబంధము లైనవి. ఈ జీవేశ్వరులయొక్క శరీరములు మొత్తము ఎనిమిదిన్ను ఎనిమిదిఅంగము లనబడును.

—: మూడుస్థానముల వివరము :—

1 అకారము:- శివస్థానము సూర్యుడు నాదము=అకారము.
2 సకారము:- శక్తిస్థానము చంద్రుడు కళ=ఉకారము
3 బిందువు:- శివశక్తి ఐక్యస్థానము అగ్ని బిందువు=మకారము.

నాలుగుపాదముల వివరము.

(1) 1. భ్రూమధ్యము 2 కంఠము 3 హృదయము 4 నాభి
(2) 1. జాగ్రత 2 స్వప్నము 3 సుషుప్తి 4 తుర్యము.
(3) 1. అవిద్యాపాదము. 2 సువిద్యాపాదము. 3 ఆనంద పాదము. 4 తురీయపాదము.

ఐదు దేవతల వివరము.

1. బ్రహ్మ, విష్ణు, రుద్ర, మహేశ్వర, సదాశివులు = యీ ఐదున్ను పంచభూతముల అధిదైవతములు
2. పృథివి - అప్పు - తేజస్సు - వాయువు - ఆకాశము = యీ ఐదున్ను పంచభూతములు.

3. న - మ - శి - వా - య = యీ అయిదున్ను పంచాక్షరములు.

4. ప్రాణ - అపాన - వ్యాన - ఉదాన - సమానములు = యీ ఐదున్ను పంచప్రాణములు.

యీ పై చెప్పబడిన వన్నియు గూడి ఓంకార మని చెప్పబడును. ఇవన్నియును యీ దేహమునందే యున్నవి. కావున, యీదేహమే ఓంకార మని చెప్పబడును. ఇట్టి ఓంకారస్వరూపమగు స్థూలమునకు అతీతముగా పరమై యుండువాడు పరబ్రహ్మస్వరూపు డనియు, మహాత్ము డనియు చెప్పబడును.

మరియును, బ్రహ్మసాక్షాత్కారమును పొందుటకు ఏ సాధనములు అవశ్యములో తెలిసికొనుము. బ్రహ్మసాక్షాత్కారము పొందినవారికి ఏయొక్కసాధనములతోను పనిలేదు. ఎట్లనగా,

శ్లో॥ నావార్థీతు భవేత్తావత్ యావత్పారం న గచ్ఛతి
ఉత్తీర్ణే చ సరిత్పారే నౌకయా కిం ప్రయోజనమ్॥ ౨౩

(23) తా॥ నది యావలిగట్టుకు చేరునంతవరకు ఓడ చక్కగా నుండవలయు నని అపేక్షించుచుండవలెను. నదీప్రవాహము దాటినపిమ్మట ఓడతో ప్రయోజనము లేనట్లు బ్రహ్మసాక్షాత్కారము పొందువరకు అనగా, అపరోక్షజ్ఞానము పొందిన వానికి శాస్త్రములతోగాని, సాధనములలోగాని. ప్రయోజనము లేదు. ఎట్లనగా,

సర్వసంకల్పశూన్యమే బ్రహ్మసాక్షాత్కారము :-

౩౫ సమస్తసంకల్పములు నశింపకున్న ఆత్మజ్ఞానము గలుగజాలదు. ౩౬. విషయాసక్తిని పొందిన మనస్సు, భార్యాబిడ్డలు, ధనము

మొదలగు విషయభోగములనే కోరుచుండును. కాని, కొంచెము సేపైనను పరబ్రహ్మధ్యానమందు నిలుకడ నొందజాలదు. కావున అది అశుద్ధమైనది. అయితే, విషయవైరాగ్యము గలిగియున్న మనస్సు శుద్ధమైనది. అది పరబ్రహ్మధ్యానమువలన ఆత్మసాక్షాత్కారము పొందును.

అశుద్ధమనస్సుగలవారు వేదాంతశాస్త్రములయందు చెప్పబడినప్రకారము ఆత్మానాత్మవివేకము గలవారై సద్గురువు నాశ్రయించి, వారి అనుగ్రహమును పొంది సాధనానుష్ఠానములచేత బ్రహ్మసాక్షాత్కారము పొందవలయును. కావున బ్రహ్మనిష్ఠాధ్యానరహస్యమును చెప్పుచున్నాను వినుము. ఈ అధ్యాయము ~~13. శ్లోక~~మునందు జెప్పబడినప్రకారము,

—: బ్రహ్మనిష్ఠాధ్యాన రహస్యము :—

శ్రీ సద్గురుమూలముగా ఉపదేశింపబడిన మంత్రమును "ఓమ్" అను ప్రణవముతో అనుసంధానముజేసి ధ్యానించుచు నామరూపక్రియాశూన్యశబ్దరహిత మగు పరబ్రహ్మము నేనని సదా స్వస్వరూపమునందు దృష్టి నిలిపి దానినే భావించుచుండవలయును. అట్లు భావించుటవలన సకలసంకల్పరహిత మగు "స్వానుభూత్" అనగా బ్రహ్మసాక్షాత్కారము సిద్ధించును. ఎట్లనగా,

రెండు కట్టెలను ఎడతెగక ఒకదానితో నొకటి రాచుటవలన ఆ కట్టెలయందుండి అగ్ని ఉత్పత్తియగుచు ఆ కట్టెలను దహించి రూపనామములులేక నశింపజేసి వాటితోకూడ ఆ అగ్నియు క్షశించి

పోవునట్లు శుద్ధమనస్సును క్రిందకట్టెగాను, ప్రణవమంత్రమును మీది కట్టెగాను భావించి నిరంతరధ్యాన మనెడి మథనంబు జేయుటవలన జ్ఞానాగ్ని ఉత్పత్తి యగుచు ఆ శుద్ధమనస్సును ప్రణవమును రెంటినికూడ దహించి నాశనముజేసి వాటితోగూడ జ్ఞానాగ్నియు, ఉపశాంతిని పొందును.

అట్లు ఉపశాంతిని పొందుటవలన స్వానుభూతి యనెడి బ్రహ్మసాక్షాత్కారము సిద్ధించును. ఆ పరబ్రహ్మము నాదబిందు కళలు లేనిది. ఇంద్రియములచే తెలియరానిది. రూపనామ క్రియలులేనిది. అజ్ఞానరహితమైనది. అట్టి పరబ్రహ్మమే "అహం శబ్దము." అనగా ఆత్మస్వరూపముగా నున్నది. కాన, ఆ పర బ్రహ్మమే ఆత్మయనియు, ఆత్మయే బ్రహ్మమనియు, తెలిసికొని సదా ఆత్మానుసంధానము జేయువాడు సత్యముగా బ్రహ్మ స్వరూపియే అగుచున్నాడు. అట్టివాడు జనన మరణము లను దుఃఖములు లేనివా డగుచున్నాడు. అట్టి మహనీయునకు శాస్త్ర ములుగాని, అభ్యాసములుగాని ప్రయోజనము లేదని భావము.

శ్లో॥ గ్రంథమభ్యస్య మేధావీ జ్ఞానవిజ్ఞానతత్పరః
పలాలమివ ధాన్యార్థీ త్యజే ద్గ్రంథమశేషతః ॥ ౨౪

(24) తా॥ బుద్ధిమంతు డగువాడు వేదాంతశాస్త్రముల నభ్యసించి ఆత్మానాత్మ వివేకము కలవాడై సద్గురువానుగ్రహమువలన ఆత్మధ్యానమును గ్రహించి ఆత్మజ్ఞానమును బ్రహ్మసాక్షాత్కారమును పొందినవాడై ధాన్యసం గ్రహకుడు ధాన్యమునుపొంది గడ్డిపోచలను వదలినట్లుగా సకలవేదాంతాది శాస్త్రంబులను వదలవలయును.

శ్లో॥ ఉల్కాహస్తో యథా కశ్చిద్ద్రవ్యమాలోక్యతాంత్య
జేత్ । జ్ఞానేన జ్ఞేయమాలోక్య పశ్చాద్జ్ఞానం పరిత్యజేత్॥

(25) తా॥ పురుషుడు చీకటిగదియందున్న వస్తువులలో తనకు కావల
సిన ముఖ్యమైన వస్తువులను దీపప్రకాశముచే గైకొనిన పిదప ఆ దీపప్రకా
శము నెట్లు మఱగుపఱచునో, అట్లే శాస్త్రాభ్యాసముచేతను శ్రీ సద్గురువా
నుగ్రహము వలనను జ్ఞానమును పొందినవాడై జ్ఞేయస్వరూపంబగు బ్రహ్మ
సాక్షాత్కారము పొందినపిమ్మట సాధనములగు శాస్త్రములచే గాని వృత్తిజ్ఞాన
ముచేగాని ప్రయోజనములేవని విడిచిపెట్టి సదాకాలము ఆత్మానుసంధాన
పరుడై యుండవలయునని భావము.

శ్లో॥ అమృతేన తు తృప్తస్య పయసా కిం ప్రయోజనమ్
ఏవం తత్పరమం జ్ఞాత్వా వేదైర్నాస్తి ప్రయోజనమ్॥

(26) తా॥ అమృతపానముజేసి తృప్తి జెందినవాడు ఉదకపానము
జేయుట కెట్లు ఆసక్తిజెందడో, అలాగుననే బ్రహ్మసాక్షాత్కారమును పొందిన
యోగికి శాస్త్రములుగాని, కర్మములుగాని, విధినిషేధములుగాని ప్రయోజనము
నకు రాకుండును. ఎట్లనగా,

-: ఆత్మజ్ఞానికి శాస్త్రములతో పనిలేదు. :-

ముముక్షువులు ముఖ్యముగా రెండువిద్యలును తెలిసికొన
వలయును. అవి ఏవనగా ఒకటి బ్రహ్మవిద్య రెండవది పర
బ్రహ్మవిద్య. ఇందు మొదటివిద్య సద్గురువుచే బోధింపబడిన
ప్రణవము లేక హంసమంత్రము. ఇది శబ్దబ్రహ్మవిద్య యన
బడును. రెండవవిద్యయగు పరబ్రహ్మవిద్య శ్రీ సద్గురుమూర్తిచే
ఉపదేశింపబడి, ఆ మంత్రమును తీవ్రశుద్ధితో అభ్యాసానుష్ఠాన

ములవలన సాధించుచు, దానిని అతిక్రమించి "స్వానుభూతి" అనగా ఆత్మసాక్షాత్కారమును పొందినవాడు బ్రహ్మసాక్షాత్కారమును పొందినవా డగుచున్నాడు.

ఎట్లనగా పంట కాపు తాను కోసిన పంటకుప్పను, నురిమి తూర్పెత్తి పొల్లు పొట్టు చెత్త మొదలైన వాటిని త్రోసివేసి ధాన్యమును మాత్రము తీసుకొనిపోయి చేర్చి పెట్టుకొని భుజించి ఆనందించినట్లు బుద్ధిమంతుడగు ముముక్షువు సద్గురువు నాశ్రయించి వారివద్ద వేదాంతవిషయములను విచారణమూలముగా తెలిసికొని (అనగా బ్రహ్మతత్వమెరింగి) ఆత్మానుసంధానపరుడై బ్రహ్మసాక్షాత్కారమును పొందినవానికి దేహసంబంధములైన జాతి, నీతి, వర్ణాశ్రమ ధర్మములున్ను, వేదశాస్త్రపురాణములున్ను ప్రయోజనమునకురావు. కేవలము సదా ఆత్మానుసంధానపరుడై ఉండునని భావము.

శ్లో॥ జ్ఞానామృతేన తృప్తస్య కృతకృత్యస్య యోగినః
నైవాస్తి కించిత్కర్తవ్య మస్తిచేన్నస తత్వవిత్ ॥27

(27) తా॥ అర్జునా! జ్ఞానామృతమును పానముజేసి బ్రహ్మసాక్షాత్కారమును జెంది ధన్యులైన యోగికి జేయదగిన కార్య మేదియును లేదు. ఒకవేళ లోకక్షేమమునకై ఏదైన కార్యము జేసినను అట్టివాడు తత్వవేత్త యనుటకు వీలులేదు. వేదశాస్త్రపఠనములచే బ్రహ్మవేత్త కాజాలడు. వేదాంతార్థగోచరంబైన బ్రహ్మానుభవము గలవాడే విద్వాంసు డనియు, జ్ఞానియనియు, చెప్పబడును. ఎట్లనగా,

—: ఆత్మజ్ఞానియే విద్వాంసుడు :—

లోకమునందు సముద్రమురీతిగా అనేకశాస్త్రములు అపారముగ నున్నవి. లోకమునందుగల ఒక్కొక్క మానవుడున్ను

వేయి సంవత్సరములు జీవించియుండి శాస్త్రము జదువుచుండి నను అప్పటికిన్ని శాస్త్రములు పూర్తి కాజాలవు. కావున శాస్త్ర వాసనను విడిచిపెట్టి మనజీవిత కాలము తామరాకునందలి జల బిందువువలె స్వల్పకాల మని యెంచి మనస్సు చంచల మైన దని తెలిసి అధ్యాత్మ విచారణ చేయుచు సదా ఆత్మానుసంధానము జేయువాడే విద్వాంసు డనబడునుగాని అమరకాండత్రయం బులు, పంచమహాకావ్యములు, వ్యాకరణశాస్త్రము ఛందస్సు, జ్యోతిష్యము, వైద్యశాస్త్రములు మొదలగు శాస్త్రములు చదివిన వాడు విద్వాంసుడు కాజాలడు; పండితుడు కాజాలడు. ఆత్మ జ్ఞానియే విద్వాంసు డనబడును. కాన ఆత్మజ్ఞాని లక్షణములు చెప్పుచున్నాను వినుము.

—: ఆత్మజ్ఞాని లక్షణములు :—

ఆత్మసాక్షాత్కారమును పొంది నిత్యానందము ననుభవించు యోగి అనిత్యములైన సంసారబంధము లగు వ్యాపారములను ప్రతినిత్యమును చేయుటయందు విరక్తిగలవాడును, మనస్సు నందు సముద్రతరంగములవలె బయలుదేరుచున్న మనస్సం కల్పములు లేనివాడై ఆత్మానుభవమునందే రమించువాడును, తాను ఏ కోరికలు లేనివాడై దైవాధీనముగా తనకు లభించిన భోగముల ననుభవించువాడును, ప్రారబ్ధకర్మానుసారముగా సంభ వించిన దుఃఖముల ననుభవించుచు సుఖంబుల కాంక్షింపక సదా సమభావన గలిగి సదా ఆత్మానుసంధానపరుడును "వీడు శత్రువు, వీడు మిత్రుడు, వీడు బంధువు" అను భేదభావన లేనివాడును, సకలజనులను తన ఆత్మస్వరూపములుగా భావించువాడును

యీ జగత్తునందుగల సకల చరాచరములయందును అంతర బాహ్యములయందును క్రిందను మీదను నలుదిక్కులయందును సమస్తమును పరబ్రహ్మమగు ఆత్మయే పరిపూర్ణముగా వ్యాపించియున్నది. గాని, ఆత్మమయము కాని జగత్తు కొంచమైనను లేదని సర్వజగత్తును బ్రహ్మమయముగా జూచువాడును, ఆత్మజ్ఞానియని చెప్పబడును. జనన మరణములందుగాని, సంతోష కార్యములయందుగాని ఎవనిమనస్సు చలించక, పూర్ణచంద్రబింబమువలె నిర్మలముగా ప్రకాశించుచుండునో, అతడే ఆత్మజ్ఞానియనియు, శాంతుడనియు, పండితు డనియు చెప్పబడును. ఇట్టి మహనీయుడే బ్రహ్మసాక్షాత్కారమును పొందిన మహనుభావుడని తెలియ వలయును.

శ్లో॥ తైలధారామివాచ్ఛిన్నం దీర్ఘఘంటానినాదవత్
అవాచ్యం ప్రణవస్యాగ్రం యస్తం వేద స వేదవిత్॥

(28) తా॥ అవిచ్ఛిన్నమైన అనగా ఎడతెగని తైలధారవలె దీర్ఘంబైన ఘంటానాదమురీతిగా, నదా ప్రణవముయొక్క (అగ్రమను) అనగా తెంపులేనిదియును, వేదవాక్కులచేత చెప్పనలవికానిదియును, ప్రణవమునందలి నాల్గవభాగమగు అర్ధమాత్రయే అనగా, సూక్ష్మనాదమే స్వరూపముగా గల ప్రత్యగాత్మ యనియు, పరబ్రహ్మ మనియు తెలిసి ఎవడు అట్టిప్రత్యగాత్మస్వరూప మగు పరబ్రహ్మము నేనని దృఢభావనగలవాడై సదా ఆత్మానుసంధానము జేయుచున్నాడో అతడు సర్వము తెలిసిన వేదవేత్తయగుచున్నాడు. కావున ఓమ్‌కార రహస్యమును విశదముగా చెప్పుచున్నాను వినుము.



: ఓంకార రహస్యార్థము :—

(ఓమిత్యేకాక్షరం బ్రహ్మ) అనగా ఓంకారమే ఏకాక్షరమనియు, ప్రణవమనియు, పరబ్రహ్మమనియు, చెప్పబడెను. మరియును అకార, ఉకార, మకార, అర్ధ

మాత్ర, ఈనాల్గునుకూడియే ఓంకార ప్రణవమగుచున్నది. ఎట్లనగా,

(1) అకారమున కర్థము = జాగ్రదావస్థ, వ్యష్టి స్థూలశరీరము, స్థూలశరీరాభిమానియగు విశ్వుడు; మరియు, సమష్టిస్థూల శరీరము, సమష్టిస్థూల శరీరాభిమానియగు విరాట్ ఇవన్నియును గూడి అకార మగుచున్నది.

(2) ఉకారమున కర్థము = స్వప్నావస్థ, వ్యష్టిసూక్ష్మ శరీరము, సూక్ష్మశరీరాభిమానియగు తైజసుడు. మరియు, సమష్టిసూక్ష్మశరీరము, సమష్టిసూక్ష్మ శరీరాభిమానియగు, హిరణ్యగర్భుడు ఇవి అన్నియుగూడి ఉకారమనబడును.

(3) మకారమున కర్థము=సుషుప్తి, లేక నిద్రావస్థ, వ్యష్టికారణ శరీరము, కారణశరీరాభిమానియగు ప్రాజ్ఞుడు. మరియు, సమష్టికారణ శరీరము, సమష్టి కారణ శరీరాభిమానియగు అవ్యాకృతుడు. ఇవన్నియుచేరి మకార మనబడును.

(4) అర్థమాత్ర కర్థము = తుర్యావస్థ, వ్యష్టి దేహత్రయ సాక్షిగానుండు ప్రత్యగాత్మయు మరియు, సమష్టి దేహత్రయ సాక్షిగానుండు పరమాత్మయు, ఇవి అన్నియుచేరి అర్థమాత్ర యనబడును.

ఇంకను, ఓంకారమునందలి అకార, ఉకార, మకారములు మూడున్ను ఋగ్యజుస్సామములనెడి మూడు

వేదములనియు, స్వర్గమర్త్య పాతాళము లనెడి మూడులోక ము ల ని యు, మూడుస్వరములనియు, తెలియవలెను. ఎట్లనగా,

(1) అకారము = రాజసగుణము, ఎరుపువర్ణము, బ్రహ్మ
(2) ఉకారము = సాత్త్వికగుణము, తెల్లనివర్ణము, విష్ణువు
(3) మకారము = తామసగుణము, నల్లనివర్ణము రుద్రు డనియు చెప్పబడును. మరియును, చిత్రపటమును జూడుడు.

ఈ చరాచరజగత్తు సర్వమున్ను ఓంకార ప్రణవము నుండి పుట్టెను. కాని, యీ జగత్తు సర్వమున్ను ఓంకార పరబ్రహ్మస్వరూపముగానే యున్నదని భావించుచు, అట్టి ఓంకారమును ధ్యానించు వారికి, దానియందలి (హ్రస్వము) సకల పాపములను నాశము జేయును. (దీర్ఘము) సక లైశ్వర్యములిచ్చి శాశ్వతసుఖము నిచ్చును. (అర్ధ మాత్ర) జనన మరణరహితమగు మోక్షమునిచ్చును. మహాశయులారా ! ఏది తన్ను ధ్యానించువారిని, పరమాత్మ యందు జేర్చునో, అదియే ఓంకారప్రణవ మనబడును. కావున,

—: గ్రంథకర్త అభిప్రాయము :—

ముముక్షువులగు బ్రహ్మనిష్ఠులారా ! ఓంకారమే ధనుస్సుగాను, జీవుడు లేక మనస్సే బాణముగాను, లక్ష్యమే

పరబ్రహ్మముగాను చెప్పబడును. కాన క్రిందజెప్పిన ప్రకారము అభ్యసించినచో, తప్పక పరబ్రహ్మానుభవము పొందవచ్చును. ఎట్లనగా,

వేటగాడు ఒక పక్షిని, లక్ష్యమును గురిపెట్టిజూచి బాణమును విడిచినయెడల, ఆ బాణముగురితప్పక ఆ లక్ష్యమను పక్షియందే జేరి, ఆలక్ష్యములో అంటుకొని యుండునట్లు, బ్రహ్మజ్ఞాని యగువాడు ఓంకార మనెడి ధనుస్సునందు జీవుడు లేక మనస్సనెడు బాణమును సంధించి (లయపరచి) పరబ్రహ్మ మనెడి లక్ష్యమును అంతర దృష్టియనెడి గురిపెట్టి ధ్యానమనెడి దెబ్బ ప్రయోగించిన యెడల, యీ మనస్సనెడు బాణము, లక్ష్యమనెడు పరబ్రహ్మమునుజేరి దానియందు లయించి తద్రూపమగును. ఇట్లు సద్గురు మూలముగా తెలిసికొని బ్రహ్మసాక్షాత్కారమును పొందిన యోగి నాల్గు వేదములయందు గల సారమును గ్రహించిన బ్రాహ్మణు డనబడును. ఇతడే జ్ఞాని. ఇతడే వేదసారమెరింగిన పండితు డనబడును. కాని,

వేద వేదాంగములను, సాంగోపాంగముగా పఠించి సమస్తజనుల మనస్సును రంజింప జేయునట్లు, వాక్ధోరణితో, పటపటమని ఉపన్యసించుటవలన, పండితులు గాజాలరు. అట్టి వేషభాషణలకు మోసపోకుడని ముముక్షువులగు బ్రహ్మనిష్ఠులకు జాగ్రత నిచ్చుచున్నాను.

శ్లో॥ ఆత్మాన మరణిం కృత్వా ప్రణవం చోత్తరారణిం
ధ్యాన నిర్మథనాభ్యాసా ద్దేవం పశ్యే న్నిగూఢవృత్

(29) తా॥ అర్జునా! తత్త్వజ్ఞానముగల అభ్యాసి, జీవుని క్రింద యరణిగాను, పరబ్రహ్మమను ఓంకారమును, పై భాగమందున్న యరణిగాను భావించి నిర్మల ధ్యానముచే విడువని ప్రయత్నముతో, అభ్యాసము చేయుచు రాగారాగా సూక్ష్మమైన నాదబ్రహ్మమను ఆత్మ స్వరూపమును దర్శించ వచ్చును. ఎట్లనగా, పెరుగును కవ్వముచే మథించుటవలన వెన్న ఎట్లు ఉత్పత్తియగునో, అలాగుననే హృదయమునందు ప్రణవమను కవ్వమును నిలిపి ఉచ్ఛ్వాస నిచ్ఛ్వాసము లనెడి త్రాళ్ళనుగట్టి, రేచక పూరకమును నిర్మల ధ్యానముచేత మథించుటవలన 23 శ్లోకమున చెప్పిన ప్రకారము

రెండు కట్టెలను ఎడతెగక నొకటితో నొకటి రాచుటవలన ఆ కట్టెల యందుడి అగ్ని ఉత్పత్తి యగుచు, ఆ కట్టెలను రూపనామములు లేక దహించి నాశనముజేసి వాటితోకూడ అగ్నియుకూడ నశించి పోవునట్లు అభ్యాసి యగువాడు పై చెప్పిన రీతిగా ధ్యానించినచో, జ్ఞానాగ్ని ఉత్పత్తి యగుచు, జీవుని చుట్టుకొని యుండబడిన మలిన వాసనలను నాశనముజేసి, వాటితోగూడ జ్ఞానాగ్ని ఉపశాంతి బొందును. అట్లు ఉపశాంతి బొందుటవలన స్వానుభూతియగు ఆత్మ సాక్షాత్కారము సిద్ధించును.

శ్లో॥ విధూమాగ్ని ప్రభం దేవం పశ్యేదత్యంత నిర్మలం
తాదృశం పరమం రూపం స్మరేత్పార్థ హ్యానన్యధీః॥

(30) తా॥ పొగలేని యగ్నిజ్వాలల వలె ప్రకాశించుచున్నదియును, స్వచ్ఛమై, నిర్మలమై, స్వయంప్రకాశస్వరూపమై పరబ్రహ్మస్వరూపము గల ఆత్మస్వరూపమును దర్శించుటకు ఏ యితర చింతలులేక, నిర్మల ధ్యానముచే ఆత్మసాక్షాత్కారమును పొందవచ్చును.

అట్లు ఆత్మసాక్షాత్కారము సిద్ధింప జేసికొనుటకు, స్వరూప అరూప మనోనాశము గలుగవలయును. కావున యీ రెండు విధములగు మనో నాశములు గలుగుటకు, మార్గము చెప్పుచున్నాను వినుము.

—: స్వరూప మనోనాశము :—

స్వరూపమనోనాశన మనగా = ప్రారబ్ధము నశించువరకు, జీవన్ముక్తియొక్క సూక్ష్మశరీరములు నశింపవు. కావున అప్పట్లో అతనియొక్క మనస్సు కర్తృత్వభోక్తృత్వములు కాని రాజస తామస గుణములవలన గలుగు కామక్రోధములుగాని, శరీరాభి మానముగాని, ఉండనేరవు. అట్లు శరీరాభిమానమున్ను, రాజస తామస గుణములకు సంబంధించిన కామాదివృత్తులును, మన స్సున్ను లేకపోవుటవలన స్వరూపమనోనాశనమని చెప్పబడును. అట్టివారు శాంతశమదమాదులను గుణములతో గూడియుందురు.

—: అరూప మనోనాశము :—

విదేహముక్తియందు, ప్రారబ్ధమున్ను, దానితోడ స్థూల సూక్ష్మకారణ శరీరములనెడి దేహత్రయములున్ను నశించును. కావున, అప్పట్లో, మనస్సు రూపములేక నశించును. ఎట్లనగా, కర్పూరదీపము కర్పూరమున్నంత వరకు వెలిగి అది నశించిన తోడనే, మహాతేజోరూపము బొందునట్లు ఆ మనస్సు పర బ్రహ్మమునందు లయించి బ్రహ్మరూప మగును. అట్లు విదేహ ముక్తియందు కర్పూరదీపము రీతిగా మనస్సు రూపములేక బొత్తిగా పరబ్రహ్మమునందు లయించి బ్రహ్మస్వరూపమగుటయే, అరూపమనోనాశన మనబడును.

శ్లో॥ దూరస్థోఽపి న దూరస్థః పిండస్థః పిండవర్జితః
విమలస్సర్వదా దేహీ సర్వవ్యాపి నిరంజనః॥ ౩౧

(31) తా॥ జీవుడు త్రిగుణాత్మక సంబంధములైన, అహంకార మమకారములకు లోబడినవాడై కేవల అజ్ఞానముతో కూడియుండుటవలన, ఆ పరబ్రహ్మమే, ఆత్మస్వరూపుడై దేహధారిగ నున్నాడని తెలియక, ఎచ్చటనో దూరముగ నుండునటుల తెలియుచున్నాడు. వాస్తవముగ ఆత్మ దేహధారిగ నుండినట్లు కనబడినను దేహధారి కానేరదు. ఎట్లనగా,

స్వప్నమునందు స్థూలదేహము లేదనుట అందరికిని తెలిసిన విషయమేకదా? అట్లగుటచేత "ఆత్మ" స్థూల దేహము కలవాడు కాడు. అని స్పష్టముగ తెలియుచున్నది. స్వప్నముతో, ఆత్మ మాత్రమున్నాడు. కాని, స్థూలదేహము లేదుకదా? స్థూలదేహము లేని కాలమున నున్న యాత్మను, స్థూల దేహము కలవాడని ఎట్లు చెప్పవచ్చును? కావున నాత్మకు స్థూల దేహము లేదని స్పష్టముగ తెలియుచున్నది. ఆత్మ నిర్మలుడు. స్వయం ప్రకాశస్వరూపుడు. అంతటను పరిపూర్ణముగా వ్యాపించినవాడు. కావున, వాస్తవముగ కర్తృత్వ భోక్తృత్వములు ఏవియున్ను లేవని తెలియవలయును.

శ్లో॥ కాయస్థోపి న భుంజానః కాయస్థోపి న బధ్యతే॥ ౩౨
శ్లో॥ కాయస్థోపి న లిప్తస్స్యాత్కాయస్థోపి న బధ్యతే॥ ౩౩

(32-33) తా॥ జీవుడు సుఖదుఃఖములకు కారణముగనుండు స్థూల శరీరము నందుండినను, వాస్తవముగ షడ్భావ వికారములు లేవని తెలియవలయును. షడ్భావవికారము లనగా, అస్తి, జాయతే, వర్ధతే, పరిణమతే, అపక్షీయతే, వినశ్యతే అనగా, పిండరూపముగా నుండుట, పుట్టుట, పెరుగుట, మారుట, క్షీణించుట, చిక్కుట, నశించుట అనునట్టి వికారములు ఏవియు లేవని తెలియవలయును. అయితే, జీవాత్మ, పరమాత్మ అను వ్యవహార

ములు ఎట్లు గలిగెను ? ఈ వ్యవహారము వలన కొందరు జీవాత్మ పరమాత్మ లిరువురకు భేద మున్నట్లు తెలియుచున్నారు. ఇతరులకు చెప్పుచున్నారు. కాని, జీవేశ్వరులకు పరస్పర బేధ మెంతమాత్రమును లేదు.

—: జీవేశ్వరులు భిన్నులు కానేరరు :—

ఎట్లనగా, రాజ్యపరిపాలనజేయు చక్రవర్తియును, తనకు పరిచర్యలు జేయు సేవకుడును, ఇరువురు కూడ మనుష్యులే. అయినను, చక్రవర్తి సేవకునికంటె నధికుడైనట్లు జీవేశ్వరు లిరువురును బ్రహ్మమాత్రులే అయినను శుద్ధసత్వోపాధి గలవాడగుటవలన ఈశ్వరుడు జీవునికంటె భిన్ను డగుచున్నాడు. సేవకుడు మనుష్యు డయినను, తనకు పరిచర్యలు చేయుటవలన చక్రవర్తికంటే, భిన్నుడగుచున్నాడు. అట్లే, జీవుడు మలిన సత్వోపాధి గలవాడగుటవలన ఈశ్వరుని కంటే భిన్నుడగుచున్నాడు. అయినను, మనుష్యత్వమును బట్టి చూచిన, సేవక చక్రవర్తు లిరువురు ఎట్లు ఏకస్వరూపులె యగుదురో, అట్లె, బ్రహ్మత్వమును బట్టి చూచిన, జీవేశ్వరులు కూడ ఏకస్వరూపులే యగుదురు. ఇట్లు జీవేశ్వరుల తత్వమును బాగుగా విచారించి సాధించిన సర్వానుభవ సిద్ధంబగు నీ సంసార మెట్లువచ్చెను? ఇది జీవునకా, లేక ఈశ్వరునకా ? అనునట్టి విషయము బోధమగును.

శ్లో॥ తిలమధ్యే యథాతైలం క్షీరమధ్యే యథా ఘృతమ్
పుష్పమధ్యే యథా గంధః ఫలమధ్యే యథా రసః
కాష్ఠాగ్నివ త్ప్రకాశేత ఆకాశే వాయువచ్చరేత్॥ ౩౪

(34) తా॥ నువ్వులయందు నూనె యుండినట్లును, పాలయందు నెయ్యి వుండినట్లును, పుష్పమునందు గంధముండినట్లును, ఫలమునందు రసము ఉండినట్లును, కట్టెయందు అగ్ని యుండినట్లును, ఆకసమునందు వాయు వుండినట్లును పరమాత్మవాడ పంచకోశములు గలదేహములయందు ఆత్మస్వరూపుడై యుండినను, అన్నమయ, ప్రాణమయ, మనోమయ విజ్ఞానమయ, ఆనందమయములకు సంబంధించి కప్పబడి యుండినను యీ కోశములకు పరమాత్మ విలక్షణుడై, స్వయంప్రకాశమువలె యుండునని తెలియుము.

—: ఆత్మకు స్వయంప్రకాశ లక్షణము :—

ఎట్లనగా తేజోవంతములైన సూర్య, చంద్ర, అగ్ని, నక్షత్రాదులు, స్వయంప్రకాశ పరబ్రహ్మమగు ఆత్మసత్తామాత్రముచేతనే ప్రకాశించుచున్నవి. కాని అవి ఆత్మను ప్రకాశింపజేయ జాలవు. అగ్నివలన కట్టెలు ఆయగ్నిరూపముజెంది ఇతర పదార్థములను కాల్చునట్లు, ఆత్మ సత్తామాత్రముచేతనే సూర్యచంద్రాదులున్ను తేజోవంతములై యితరపదార్థములను ప్రకాశింపజేయుచున్నవి. కాని ఆత్మను ప్రకాశింపజేయు వస్తువు ఏదియున్ను లేదు. "ఆత్మ" తనకు తానే సహజముగా జ్ఞానప్రకాశముగా నున్నది.

మరియును, సూర్య చంద్రాదుల తేజస్సున్ను, దీపప్రకాశమున్ను లేనట్టి చీకటియందు, నీకు నీదేహమున్నదనియు, యీ ప్రపంచ మున్నదనియు, తెలియదు. ఇతర పదార్థములు సర్వమున్ను, ఏజ్యోతి ప్రకాశమువలన నీవు ఎరుగుచున్నావో అదియే, స్వయం జ్యోతియనియు, ఆత్మయనియు చెప్పబడును. ఈశరీరంబున ఆత్మలేని యెడల సూర్యచంద్రులు ప్రకాశించు

చున్నను, నీవు నీదేహమునుగాని, ప్రపంచమును గాని యెరుగ జాలవు. సూర్యచంద్రాదు లున్నవనియు ఎరుగజాలవు. నీ దేహమునందు ఆత్మ నివసించుట వల్లనే సర్వము ఎరుగుచున్నావు. కావున అట్టి ఆత్మయొక్క ప్రకాశమువల్లనే సూర్యచంద్రాదు లున్ను, ప్రపంచము సర్వమున్ను కనబడుచుండును. లేకున్న కనబడవు. కాన ఆత్మ స్వయంజ్యోతి యనియు, స్వప్రకాశ మనియు చెప్పబడును.

శ్లో॥ తథా సర్వగతో దేహీ దేహమధ్యే వ్యవస్థితః
మనస్థో దేహినాం దేవో మనోమధ్యే వ్యవస్థితః ॥

(35) తా॥ సకల వస్తువులయందును, దేవ మనుష్యతిర్యగాది దేహములయందును, ఆత్మ సర్వవ్యాపియై యున్నాడని తెలియకయు, జీవుల అంతఃకరణముల యందుండు ఈశ్వరుడు ఏకరూపియై, సాక్షిమాత్రుడై యున్నాడని తెలియకయు, మూఢులు అజ్ఞానముకలవారు ఆత్మను భిన్న భిన్నముగా అనేక రూపములు కలవానిగ తెలియుచున్నారు. కాని, జ్ఞాను లట్లు తెలియజాలరు.

—: భ్రాంతి జ్ఞానము :—

ఈ విధముగా పరబ్రహ్మ మేకరూపమై యున్నను జూచు వారికి భ్రాంతివలన బహువిధములుగా నున్నట్లు తెలియు చున్నది. వస్తువునకు మాత్రము భేదమెప్పుడును లేదు. ఒక విధ ముగానున్న వస్తువు అజ్ఞాన దోషమువలన మరియొకవిధముగా తెలియుట అనుభవ విరుద్ధముకాదు. అనుభవజ్ఞానము గలవారు నీవిషయమును బాగుగా నెరుగుదురు. త్రాటినిజూచి సర్పమని భ్రాంతి జెందినవానికి భీతియు, వణకును గలుగును. ఇట్లు భయ హేతువగు రజ్జు, సర్పభ్రాంతి, దీప సహాయముచే, త్రాడే

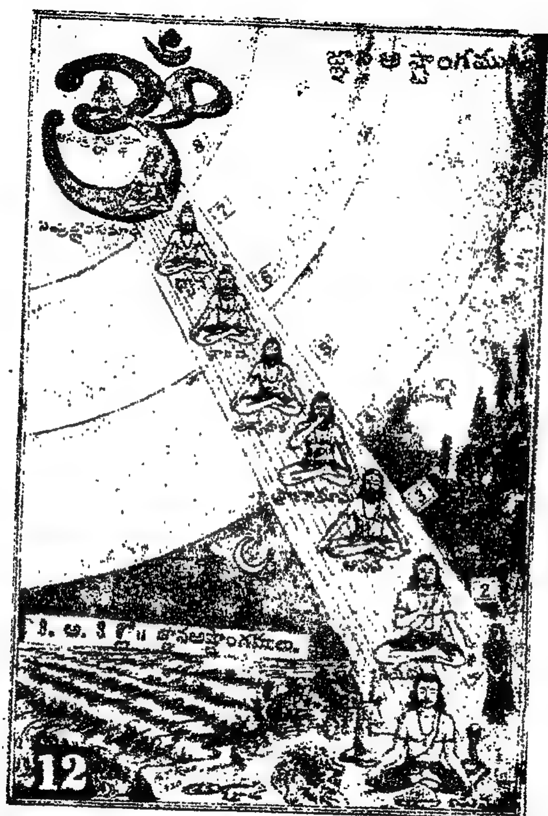
కాని, పాముకాదు అని నిర్ణయించుకొనిన పిదప భ్రాంతినశించు నట్లు ఆత్మానాత్మవిచారణము కలవాడు సర్వము ఏకాత్మ స్వరూపముగానే యున్నది. ఆత్మయే పరబ్రహ్మము. ఆపరబ్రహ్మ మగు ఆత్మకంటెను ఇతరములైన సమస్తమును అనాత్మ యనియు, అట్టి అనాత్మయగు వస్తువులన్నియు పరబ్రహ్మమగు ఆత్మయందే ఉత్పత్తియగుచు ఆత్మయందే విహరించుచు మరల ఆత్మయందే లయించుచుండును. కాన పరబ్రహ్మమగు ఆత్మ నాశనములేనిదై సత్యమైనదై అంతటను ప్రకాశించుచున్నా డనియు తెలియుము.

శ్లో॥ మనస్థం మనమధ్యస్థం మధ్యస్థం మనవర్జితమ్
మనసా మనఆలోక్య స్వయం సిద్ధ్యంతి యోగినః ॥

(36) తా॥ మనో స్వరూపముగలదియును, మనస్సుకు సాక్షిస్వరూప మైనదియును, సర్వసాక్షిరూప మైనదియును, అయిన ఆత్మస్వరూపమును, యోగులు అష్టాంగ యోగములచే - అనగా, యమ, నియమ, ఆసన, ప్రాణాయామ, ప్రత్యాహార, ధారణ, ధ్యాన సమాధులచే క్రమక్రమముగా అభ్యసించి సంకల్ప వికల్పము లేమియు లేని పరిశుద్ధ మనస్సువలన, స్వానుభవ సిద్ధి నొందెదరు. మరియును,

శ్లో॥ ఆకాశం మానసం కృత్వా మనఃకృత్వా నిరాస్పదం
నిశ్చలత్వం విజానీయా స్సమాధిస్థస్య లక్షణమ్ ॥ ౩౭

(37) తా॥ ఆకాశమువలె నిర్మలముగాను, సంకల్ప వికల్పము లేని యీ మనస్సును యితర విషయములయందు పోనీయక అభ్యాసము చేయు వాడు పరిశుద్ధాంతఃకరణ గలవాడై, రాగద్వేషములయందు చలనము లేని వాడై, భయరహితుడై ఆత్మయందే మనస్సుంచి ధ్యాన సమాధియందున్న వాడు, పరబ్రహ్మస్వరూపమగు ఆత్మను దర్శించుచున్నాడు. కావున, సమాధి లక్షణములను చెప్పుచున్నాను 12 వ. నెంబరు చిత్రపటమును జూడుడు.



— జ్ఞాన అష్టాంగములు :—

జీవాత్మను పరమాత్మయందు ఐక్యాను సంధానము
చేయుటయే జ్ఞాన యోగమనియును, అష్టాంగసాధనమనియు

చెప్పబడును. కావున వివరముగా తెలియ చేయుచున్నాను వినుము. జ్ఞానఅష్టాంగము లనగా:— యమ, నియమ, ఆసన, ప్రాణాయామ, ప్రత్యాహార, ధ్యాన, ధారణ, సమాధి లనెడి ఎనిమిది అంగములు గలవు.

1. యమ అనగా :— సకల యింద్రియములను దానిదాని ఇష్టప్రకారము విడిచిపెట్టక జాగ్రత్తగా మళ్ళించుట.
2. నియమ అనగా :— సదా బ్రహ్మమునందు ప్రియముగా నుండుట.
3. ఆసన యనగా :— సకల వస్తువులయందును కోరికెలు (ఆశ) లేక యుండుట.
4. ప్రాణాయామ మనగా :— జగత్తు సర్వము స్వప్నము వంటిదనియు, మిథ్యయనియు దృఢముగా యుండుట.
5. ప్రత్యాహార మనగా :— చిత్తమును, (మనస్సును) బాహ్యేంద్రియ వ్యాపారములయందు పోనివ్వక సదా అంతర్ముఖముగ త్రిప్పుట.
6. ధారణ యనగా :— చిత్తమును (మనస్సును) చలింపనీయక సంకల్పవికల్పములు లేక నిశ్చలముగా నిలుపుట.
7. ధ్యాన మనగా :— సత్య జ్ఞానానందమై సర్వ సాక్షిగా నుండు బ్రహ్మమే నేను. నేనే ఆ పరబ్రహ్మము అనెడి సోహంభావమే, ధ్యాన మనబడును.
8. సమాధియనగా:— ధ్యానమున్ను, సకలతలంపులున్ను, సకలదృశ్యములున్ను మరచి తాను తానై కేవల సాక్షి

మాత్రుడుగా, ఏసంకల్పములులేక బ్రహ్మమునందు మనస్సును లయపఱచి బ్రహ్మాకారముగా నుండుటయే సమాధి యనబడును.

ఇట్లు యోగమును అభ్యసించెడువాడు పై చెప్పబడిన ఎనిమిది మెట్లును క్రమక్రమముగా నెక్కుచు కడపటిమెట్టగు సమాధియందు జేరినప్పుడు ఆత్మసాక్షాత్కారమును పొందుటకు అర్హుడగుచున్నాడు. ఇందుకు నిదర్శనము 12 నెం. చిత్రపటమును జూడుడు.

శ్లో॥ యోగామృత రసం పీత్వా వాయుభక్ష స్సదా సుఖీ
　　యమ మభ్యస్యతే నిత్యం సమాధి మమృతాశనమ్॥

(38) తా॥ ఇంతవరకు చెప్పబడిన అష్టాంగ యోగసాధనాభ్యాసము చేయువాడు పరిశుద్ధాంతఃకరణ గలవాడై, రాగద్వేషములు నశించినవాడై, భయ శోకాదులు లేనివాడై, ప్రయత్న పూర్వకముగా బిందువును, అనగా, శుక్లమును రక్షించుకొనవలయును. అట్లు బిందు సంరక్షణ జేసికొనిన యోగి కాలమృత్యువును జయించుచున్నాడు.

దేహ మందెంతకాలము ప్రాణవాయు వున్నదో, అంతకాలమువరకు జీవనము కలదని చెప్పబడును. జీవనమనగా, శరీరము ప్రాణము సంయోగమని అర్థము. ప్రాణము శరీరమునుండి వేరగుటయే మరణమని చెప్పబడును. కావున, వాయువు చలించిన చిత్తము (మనస్సు) చలించును. వాయువు చలింపకుండిన చిత్తము చలింపకుండును. వాయువు చిత్తము చలింప కుండినయెడల, యోగి శాశ్వతమైన ఈశ్వరస్థితిని పొందుచున్నాడు. ఏ ప్రకారము నిప్పు కట్టెలను, దీపము నూనెను, వత్తిని విడుచుటలేదో ఆ ప్రకారము సోమకమలముచే నిండిన దేహమును (జీవుడు) విడుచుటలేదు.

అనగా, మరణము లేదని భావము. అమర వారుణి (అమృతమును) పానము చేసినయోగి మిగుల దృఢమైన శరీరము కలవాడై, సర్వకాలముల యందు సుఖము అనగా, నిత్యసుఖ మనుభవించునట్టి ఆత్మ సాక్షాత్కార మనుభవించు చుండును.

ప్రతిదినమును అమరవారుణి అను, చంద్రామృతమును పానము చేయు యోగియొక్క వంశము ధన్యత్వ మొందును. అజ్ఞాని, (యోగి) ఎచ్చట నివసించుచున్నాడో ఆ దేశము పుణ్యక్షేత్ర మగుచున్నది. కావున, అమరవారుణియొక్క మహిమను వినుము.

—: అమరవారుణి మహిమ :—

నాలుకను మీదికి (అంగిలియందు) ప్రవేశింపజేయుట వలన గలుగు అగ్ని (ఉష్ణము) చేతగలుగునట్టి భ్రూమధ్య స్థానము ఎడమప్రక్కన నుండు చంద్రునివద్దనుండి స్రవించు నట్టి రసమేదియో, అదియే అమరవారుణి, లేక చంద్రామృతము యని చెప్పబడును. ఇట్టి ఉత్కృష్టమైన చంద్రామృతము, తేనె నెయ్యి అనువానితో తుల్యమైన రసమును పానముజేసిన యోగి అమరత్వమును (చావులేనివాడగు చున్నాడు) పొందుచున్నాడు.

శ్లో॥ ఊర్ధ్వ శూన్య మధశ్శూన్యం మధ్య శూన్యం యదాత్మనః
సర్వశూన్యం తదాత్మేతి సమాధి స్థస్య లక్షణమ్॥ 39

(39) తా॥ నిర్వికల్ప సమాధియందున్నవాడు తనకంటె వ్యతిరిక్త మైనది ఏదియును లేదని తలచి అనగా, అంతరమునందును, బాహ్యమందును, మీదను, క్రిందను, మధ్యను, చుట్టుప్రక్కలను శూన్యంబై దేశకాల వస్తు పరిచ్ఛేద శూన్యంబై సర్వమును పరబ్రహ్మ స్వరూపంబైన యేయాత్మ వెలయుచున్నదో, ఆ యాత్మయే నేనని భావించుచున్న యోగి పుణ్య పాపములచేత విడువబడు చున్నాడు. మరియును,

—: బ్రహ్మ సాక్షాత్కారము :—

దేహమేనేను అనెడు అజ్ఞానమున్ను, నాకన్ను, నాముక్కు, నా దేహము అనెడి అభిమానమున్ను బ్రహ్మజ్ఞాని ముఖ్యముగా విడిచి పెట్టవలయును. దూషణ భూషణ తిరస్కారములు, కుల గోత్రములు, జాతినీతులు, సుఖదుఃఖములు, శరీరమునకే గాని ఆత్మస్వరూపుడగు నాకు ఎంతమాత్రమును లేవు. కావున నేను దేహముకాదు, స్త్రీని కాదు, పురుషుడను కాదు, దేహమునకే కన్ను ముక్కు చెవులు మొదలగు అవయవములు కలవు గాని, ఆత్మ స్వరూపుడనగు నాకు లేవు. నేను అవయవములు లేనివాడను, ఏ వికారములు లేని నిరాకారుడను. యీ దేహమును, మనస్సును, బుద్ధిని, దాని వృత్తులను, జీవుని, విజ్ఞానము ఎరుగుచున్నదో అదే సర్వసాక్షి యనియు, ఆత్మయనియు, బ్రహ్మమనియు, శుద్ధ చైతన్యమనియు, అచలమనియు చెప్పబడును. జ్ఞానస్వరూపుడనగు ఆత్మయే నేననుచు తన్మయముగా నుండుటే నిర్వికల్పసమాధి. ఇట్లు ధ్యానించుయోగి పుణ్యపాపములచేత విడువబడినవాడై బ్రహ్మసాక్షాత్కారమును బొందుచున్నాడు.

అర్జున ఉవాచ

శ్లో॥ అదృశ్యే భావనా నాస్తి దృశ్యమే తద్వినశ్యతి
అవర్ణ మస్వరం బ్రహ్మ కథం ధ్యాయంతి యోగినః॥

శ్లో॥ శూన్య భావిత భావాత్మా పుణ్యపాపైః ప్రముచ్యతే॥౪౧

(40) తా॥ యదుకుల తిలకా! ఓ కృష్ణా! కనబడని వస్తువునందు భావన గలుగజాలదు. కాని, కనుబడుచున్న యీ ప్రపంచమంతయు

స్వప్నములో గన్న పదార్థమువలె నశించుచున్నది. అయితే బ్రహ్మము బుద్ధీంద్రియాదులకు అగోచరమైనది. వర్ణరూప రహితంబైనది. జ్ఞానేంద్రియ కర్మేంద్రియములు లేనిది. శబ్ద స్పర్శరూపాదులకు అగోచరమైన బ్రహ్మమును యోగు లెట్లు ధ్యానము చేయుదురు?

అర్జునా! మనస్సు గలిగిన ప్రపంచము గలుగును. అదిలేకున్న ప్రపంచమే లేదు. సంసారము లేదు. కావున, ఆత్మకును, ప్రపంచమునకును సంబంధము లేదనియు వాస్తవముగ నీ ప్రపంచము కూత బ్రహ్మమునందే కల్పింపబడినదనియు, భేదదృష్టి లేనివాడై ప్రపంచమింతయు గాన వచ్చినను బ్రహ్మముకంటె భిన్నముగా జూడవలయును. ఇట్లు యథార్థ దృష్టి గలుగవలయును. బ్రహ్మమునకంటె భిన్నమగు భ్రాంతిని వదల వలయును. ఎట్లనగా,

—: యథార్థదృష్టి :—

కనబడు ప్రపంచమంతయును, పరబ్రహ్మమునకంటే భిన్నమను భ్రాంతినివదలి "సర్వమును బ్రహ్మమే" అని గ్రహించవలయును. ఇట్లు గ్రహించుటయే యథార్థదృష్టి. ప్రపంచమునందుగల సమస్తపదార్థముల యందంతటను నిట్టిదృష్టి గలిగెనేని, అట్టిపురుషునికి సర్వము నానందముగా దోచును. వాస్తవస్థితితో నామరూపములు వేరువేరుగా కలవని చెప్పుటయే కాని, కుమ్మరవాడు వేరువేరుగా అనేక నామరూపములతో తయారు చేసిన భాండము లన్నియును వానికి కారణమగు మట్టికంటే వేరు కానట్లు, యీ ప్రపంచ మంతటికిని స్వకారణమగు బ్రహ్మమునకంటే వేరు కానేరదుకదా? "సర్వము బ్రహ్మమే" యని తెలిసికొనిన వానికి భేదభ్రాంతి నశించును. మరియును,

"బ్రహ్మము సచ్చిదానంద స్వరూపుడు. దుఃఖాత్మకమగు నీ ప్రపంచ మనిత్యమైనది" అను బుద్ధి తొలగును. ప్రపం

చము దుఃఖరూప మైనదని కూడ తలంచడు. ప్రతి వస్తువును బ్రహ్మస్వరూపముగా భావించు చున్నవానికి, దుఃఖములు గలిగి నప్పుడు కూడ ఆనందముగానే యుండును. ఈ పదార్థము దుఃఖ కరము, ఈ పదార్థము సుఖము నొసంగునది. అను భేద భ్రాంతి గలుగదు. ఇట్టి యథార్థ జ్ఞానముచే, మాయాతీతమగు పరబ్రహ్మ మును ఆత్మస్వరూపముగ నెరిగి, ఆత్మధ్యానము చేయువాడు ఆ పరబ్రహ్మైక్యమును పొంది నిత్యముక్తు డగుచున్నాడు. మరియును,

శ్రీభగవాన్ ఉవాచ.

శ్లో॥ ఊర్ధ్వ పూర్ణమధః పూర్ణం మధ్య పూర్ణం యథాత్మకమ్
సర్వపూర్ణం తదాత్మేతి సమాధి స్తస్య లక్షణమ్॥ ४२

(42) తా॥ అర్జునా! ఊర్ధ్వాధోలోకంబుల యందంతటను దేశకాల వస్తు పరిచ్ఛేదంబై పూర్ణ శబ్దంబుచేత, అద్వితీయుడైనట్టియు, సర్వమయు డైనట్టియు సర్వమును అఖండానంద పరిపూర్ణ స్వరూపంబైన వస్తువు తానని ఎవ్వడు ధ్యానించుచున్నాడో, అట్టివాడు నిర్వికల్ప సమాధి స్థితు డనియు, స్వస్వరూపస్థితి జెందిన వాడనియు చెప్పబడును. కావున స్వస్వరూప స్థితియొక్క రహస్యము చెప్పుచున్నాను వినుము.

—: స్వస్వరూపస్థితి రహస్యము :—

మనస్సు ఒక సంకల్పమునుండి మరియొక సంకల్ప మునుగూర్చి పోవుచుండునప్పుడు నడుమ ఏజ్ఞానము (ఏతెలివి) ప్రకాశించుచున్నదో; ఆ జ్ఞానమే రూపనామక్రియలు లేని పర బ్రహ్మము. ఆ పరబ్రహ్మమే నీయొక్క నిజస్వరూపమని తెలిసి "దేహేంద్రియాహంకారములు నేను కాదు. యీ జగత్తు మిథ్యా స్వరూప మైనదనియు, దేహేంద్రియాది జగత్తునకు సాక్షిగానుండు

వస్తువే ఆత్మ యనియు, బ్రహ్మమనియు, అట్టి సాక్షిస్వరూపమగు ఆత్మ సమస్తమునకు ఆధారమైనది కాని, అట్టి ఆత్మకు అధార మేదియును లేదు. ఆత్మ నిరాధారమైనది. అట్టి ఆత్మయే నేనని తెలిసి దృఢ నిశ్చయముతో సదా ధ్యానించుచు, చూచువాడు చూపు చూపుకు కనబడిన దృశ్య ప్రపంచము యీ మూడును త్రిపుటి యనబడును. అట్టి త్రిపుటి మధ్యంబున సాక్షిగా ఏ తెలివి వెలుగుచున్నదో ఆ తెలివియే ఆత్మ యనియు, పరబ్రహ్మ మనియు, ఆ పరబ్రహ్మమను ఆత్మయే తానని తెలిసి సదా తన్మయముగా నుండుటే నిర్వికల్ప సమాధియనియు, స్వస్వరూప స్థితియని చెప్పబడును.

అర్జున ఉవాచ.

శ్లో॥ సాలంబస్యాప్య నిత్యత్వం నిరాలంబస్యశూన్యతా
ఉభయోరపి దోషత్వా త్కథం ధ్యాయంతి యోగినః

(43) తా॥ శ్రీకృష్ణా! సగుణస్వరూపముతో కూడిన ధ్యానయోగ మునకు అనిత్యత్వము గలుగుచున్నది. నిర్గుణస్వరూపమైన ధ్యానయోగ మునకు, శూన్యత్వముగలుగుచున్నది. కావున యీ సగుణ, నిర్గుణధ్యాన యోగముల వలన ప్రయోజ మేమియులేవని తెలియుచున్నది. కాన యోగీ శ్వరు లెట్లు ధ్యానము చేయుచున్నారు.

—: నిర్గుణ ధ్యానము :—

అర్జునా! నిర్గుణస్వరూపమైన పరబ్రహ్మధ్యానము చేయు పురుషుడు సర్వకాల సర్వావస్థలయందును ఏకాంతమున నిశ్చల చిత్తముతో మహావాక్యమునందు గల రహస్యార్థమును

శ్రవణము చేయుచు, శ్రవణమువలన బుద్ధిని నావరించుకొని యున్న అజ్ఞానము సూర్యోదయము కాగానే అంధకారము నశించునట్లు, అజ్ఞానము నశించిపోవును. అజ్ఞానము నశించిన తోడనే, యీదేహ మనిత్యమనియు, ఇంద్రియములు దుఃఖకరములనియు, తాను నిత్యమనియు, ఆనందమనియు, అఖండ పరిపూర్ణ మనియు, దేహమునకు ప్రాణాధారమనియు, తాను తుర్యమునకు ఆధారమనియు, అజ్ఞానము కేవలము శూన్యమనియు నిరంతరము మననము చేయుటవలన మనస్సు స్థిరమైన తోడనే చవిటి నేలయందు విత్తనముల లాగున సందేహములు తల యెత్తక నశించి పోవును. అట్లు నశించినవెంటనే భూత భవిష్యద్వర్తమాన కాలములయందు ఎప్పుడును, దానధర్మములు, బంధమోక్షములు, సుఖదుఃఖములు జరామరణములు మొదలగునవి యేవియు లేవనియు, తనకు ఏ వికారములు లేవని సిద్ధాంతఃకరణ గలవాడై, పరబ్రహ్మము తానేయని ధ్యానయోగమునందు ఆత్మసాక్షాత్కారమే బ్రహ్మానందమని ఆనందించుచుండును.

శ్రీ భగవానువాచ

శ్లో॥ హృదయం నిర్మలం కృత్వా చిత్తం శూన్య మనామయం
అహ మేకస్సర్వ మితి నైతత్ప శ్యేత్పరం సుఖీ॥ ౪౪

(44) తా॥ అర్జునా! ఇంతవరకు చెప్పిన ప్రకారము అష్టాంగయోగ సాధనాభ్యాసముచే, శుద్ధాంతఃకరణ గలవాడై, మనస్సును ఇతర విషయములపై పోనీయక, నిస్సంకల్పుడై సద్గురు వానుగ్రహమువలన లభించిన జ్ఞానముచే, యీ కనబడుచున్న దృశ్య ప్రపంచమంతయును అనిత్య

మైనది; యీ దేహమునకును, తనకున్ను ఏవిధమైన సంబంధము లేదని అతనికి స్పష్టముగ తెలియుచున్నది. అట్టి సర్వోత్కృష్టంబగు జ్ఞాన మాత్రమే స్వరూపముగా నగు బ్రహ్మముతో నైక్యము గ లు గు ను. అప్పుడు దేహమే ఆత్మ యను భ్రాంతిని వదలి "నేనెప్పటికిని బ్రహ్మముగా యున్నాను" అను జ్ఞానమును బొందిన మహాత్ముడు బ్రహ్మసాక్షాత్కారము పొందినవా డగుచున్నాడు. అట్టివాడే జీవన్ముక్తు డనబడును.

అర్జున ఉవాచ.

శ్లో॥ అక్షరాణి సమాత్రాణి సర్వే బిందుసమాశ్రితాః
బిందుర్నాదే నభిద్యతే బిందుస్సనాదః కే న భిద్యతే॥

(45) తా॥ శ్రీ కృష్ణా! యీ అధ్యాయము 28 శ్లోకమునందు చెప్ప బడిన ప్రకారము అర్ధామాత్ర స్వరూపమైయుండు ప్రపంచము ఓంకార శబ్దముచే ఉత్పత్తి అయినది. అట్టి శబ్దము వర్ణములతో కూడియున్నది. ప్రణవము బిందుస్వరూపముగ నున్నది. బిందువు నాదస్వరూపముగ నున్నది. నాధము కళా స్వస్వరూపముగా నున్నది. ఇవన్నియును బ్రహ్మము నందు లయించి యుండుటవలన, నాదబిందు కళాతీతమైన బ్రహ్మమును ధ్యానింప వలయునని ఉపదేశించితివి. కాని దానిని మరల విశదముగా తెలియ జెప్పుమని ప్రార్థించుచున్నాను.

శ్రీభగవాన్ ఉవాచ.

శ్లో॥ అనాహతస్య శబ్దస్య తస్య నాదస్య యోధ్వనిః
ధ్వనిరంతర్గతం జ్యోతి జ్యోతిః రంతర్గతం మనః
తన్మనో విలయంయాతి తద్విష్ణోః పరమంపదమ్॥ ४८

(46) తా॥ భూమి ఒక్కటేయైనను దేశ భేదములవలన బహు వచ నములుగా చెప్పబడుచున్నది. అలాగుననే, కుండలియొక్క మేలుకొలుపు

లేనియెడల యోగధ్యానములు వ్యర్థమగుచున్నవి. కావున, ఆకుండలి మేలు కొలుపుకు యోగములకు ఆధారముగనున్నది. నిద్ర చేయుచున్నట్టి కుండలి శక్తి గురువానుగ్రహమువలన ఎప్పుడు మేలుకొనుచున్నదో, అప్పుడు (షట్చక్రములను) బ్రహ్మగ్రంథి, విష్ణుగ్రంథి, రుద్రగంథి అను మూడు గ్రంథులను భేదము పొందుచున్నది.

—: నాదానుసంధాన ప్రభావము :—

ఎట్లనగా భ్రూమధ్యయందలి అజ్ఞానచక్రము చిత్రవర్ణము గల త్రికోణమునందు విద్యుత్కాంతివలె ప్రణవస్వరూపమైన "అంతరాత్మ" దీపమువంటి జ్యోతి స్వరూపముగా నున్నది. దానికి నాల్గుదిక్కులయందును, అంతరిక్షమునందును విష్ణు లింగ బింబములచే ఆవరించియున్నది. జ్వలించుచున్న దీపము తనయొక్క తేజస్సువలన మూలాధారము మొదలు బ్రహ్మ రంధ్రము (సహస్రారమువరకు) ప్రకాశించునట్టి జ్యోతియై యున్నది. దానిమీద సూక్ష్మస్వరూపమైన మనస్సున్నది. దాని మీద చంద్రమండలమునందు "హంస" యనెడి పరాశక్తి యున్నది. దీనికి మీద కారణ అవాంతర శరీరమును సహస్ర దళకమలము. (షట్చక్రములు) స్థానములు, స్వరూపములు మొదలైనవి యున్నవి.

కావున నాదాను సంధానము శాంభవీముద్రచే మనస్సు యొక్క సకల వృత్తులు నిరోధించుటకు కారణమైన రాజ యోగము గలపురుషుడు ఎల్లప్పుడు నాదానుసంధానము చేయుట వలన పాపసంఘము లన్నియు నశించుచున్నవి. మనస్సును, ప్రాణమును, రెండును అంతరాత్మయగు జ్యోతి స్వరూపము

నందు లయమగుచున్నవి. అనగా నిర్గుణ చైతన్యమునందు లయ మొందుచున్నవి. ఆ స్థానమే విష్ణువుయొక్క పరమపద మన బడును.

శ్లో॥ ఓంకారధ్వని నాదేన వాయుసంహరణాత్మకం
నిరాలంబం సముద్దిశ్య యత్రనాదో లయంగతః॥ ४७

(47) తా॥ ఇంతవరకు 16, శ్లోకమునందు చెప్పిన ప్రకారము రేచక పూరక కుంభములనెడి జ్ఞాన ప్రాణాయామమును సదా అభ్యాస పూర్వకముగా ధ్యానించుచు దేహేంద్రియ ప్రాణ మనోబుద్ధి చిత్త అహంకారాది ప్రపంచము సర్వమున్ను ఓంకార స్వరూపుడైన బ్రహ్మమునకంటే వేరు కాదని తెలిసి ఆ బ్రహ్మము తానుగా భావించి తదాకారముగ నుండినయెడల ప్రాణావాయువు అంతఃకరణము దానికి సంబంధించిన సకల వృత్తులు తమకు తామే ఆత్మస్వరూపుడగు తనయందు లయించి పోవునో, ఆ స్థానమే విష్ణుపదమనియు, అదే పరమపదమనియు, అదే పరబ్రహ్మ స్థానమనియు చెప్పబడును.

అర్జున ఉవాచ.

శ్లో॥ భిన్నే పంచాత్మకే దేహే గతే పంచసు పంచధా
ప్రాణైర్విముక్తే దేహేతు ధర్మాధర్మౌక్వగచ్ఛతః॥४८

(48) తా॥ శ్రీకృష్ణా! పంచభూతములకు సంబంధమైన యీ స్థూల శరీరమునందు జీవుడు నివసించి యుండినప్పుడు దేహేంద్రియ మనోబుద్ధి ప్రాణములతో సంబంధించి చేసిన పుణ్యపాపకర్మములు యీ స్థూల శరీరము నశించినప్పుడు పంచభూతములు అయిదు విధములుగా భిన్నము లయినప్పుడు ఆ జీవుడు జేసిన పాపపుణ్యములు ఏమగు చున్నవి?

శ్రీభగవాన్ ఉవాచ.

శ్లో॥ ధర్మాధర్మౌ మనశ్చైవ పంచభూతాని యాని చ
ఇంద్రియాణి చ పంచైవ యాశ్చాన్యాః పంచదేవతా॥

శ్లో॥ జీవేన సహగచ్ఛంతి యావత్తత్త్వం న విందతి
మనసా సర్వకర్తా వన్నిత్యమే వాభిమానతః ॥ ౫౦

(49-50) తా॥ అర్జునా! ఈ జీవుడు ఆత్మ సాక్షాత్కారము జెందు వరకును పుణ్యాపాపములు దేహేంద్రియ మనోబుద్ధి ప్రాణేంద్రియ అహంకార మమకారములు విషయాభిమానము గలవాడై, స్థూల శరీరము ననుసరించియే యుండును. కాని, చేయబడు సమస్త కర్మములును దేహేంద్రియాదులచే చేయబడునుకాని ఆత్మచే చేయబడునవికావు. ఎట్లనగా,

—: ఆత్మ ఏ కర్తృత్వము లేనివాడు :—

చేయబడు కార్యములన్నియు దేహేంద్రియాదులచే చేయబడును కాని ఆత్మచే చేయబడునవి కావు. ఆత్మ ఏ కర్తృత్వము లేనివాడు. నిర్వికారుడు, చూపు, స్పర్శము, వినుట, రుచియెరుగుట, అఘ్రాణించుట మొదలగు కార్యములు నాయా ఇంద్రియాదుల వలన చేయబడును కాని ఆత్మ చేయువాడు కాడు. సంకల్పించుట, నిశ్చయించుట మొదలగు కార్యములు నంతఃకరణ లాచరించును. నడుచుట, పరుగెత్తుట, మొదలగు వానిని ప్రాణము లాచరించుచుండును. ఇట్లే సర్వకార్యములు నాయా ఇంద్రియాదులు అచరించును కాని ఆత్మ యాచరింపడు. ఆత్మ ప్రకాశము సర్వయింద్రియముల యందును వ్యాపించియుండుట వలన సర్వ కార్యములు నడచుచుండుట యథార్థమే కాని, ఆత్మ ఏకర్తృత్వమును లేనివాడు. సూర్యప్రకాశము సర్వజనుల నేత్రములయందు వ్యాపించి వానికి సంపూర్ణ వికాసము గలిగించినను అవి జేయు కార్యములకు కర్త కానేరదుకదా ? అలాగుననే ఆత్మ ఇంద్రియాదులయందు వ్యాపించి ఆయా ఇంద్రియాదులు

ఆయా కార్యములు చేయుటకు శక్తిని గలుగజేయును కాని, స్వయముగా ఏ కార్యమును జేయువాడు కాడు. ఈ ఆత్మ యొక్క రహస్యము తెలియక అజ్ఞానులు నేనే కర్తను అని అభిమానించు చున్నారు.

ఈ విధముగా, తనకంటే (ఆత్మకంటే) అన్యముగానుండు దేహేంద్రియాదులవలన చేయబడు కార్యములను తామే జేసితి మని తెలియుచున్నారు. ఇట్లు తలంచుచు తమ కేమియు సంబంధము లేని సంసారమును మీద వైచుకొని వృథాగా దుఃఖించుచున్నారు. ఆత్మ సన్నిధానమువలన సర్వేంద్రియములచే కార్యము చేయించుటయే కాని, ఆత్మ ఏ కార్యము చేయుట లేదని తెలియక భ్రాంతి నొందుచు దుఃఖముల ననుభవించు చున్నారు.

అర్జున ఉవాచ

శ్లో॥ స్థావరం జంగ మంచైవ యత్కించి త్సచరాచరం
జీవా జీవేన సిద్ధ్యంతి స జీవః కేన సిద్ధ్యతి ॥ ౫౧

(51) తా॥ శ్రీకృష్ణా! స్థావర జంగమాత్మకమగు యీ ప్రపంచము నందు సకల జీవులు దేహాభిమానముగలవారై జీవించుచున్నారు. కాని అట్టి జీవులు ఎట్లు ముక్తి నొందగలరు? స్థూలశరీరము లెట్లు నశించును?

శ్రీ భగవానువాచ

శ్లో॥ ముఖనాసికయోర్మధ్యే ప్రాణ స్సంచరతే సదా
ఆకాశః పిబతి ప్రాణం సజీవః కేన జీవతి॥ ౫౨

(52) తా॥ అర్జునా! దేహమధ్యంబున షడాధారములందు పైకి క్రిందికి ఎక్కుచు దిగుచు ప్రతిదినమున్ను 21600 సార్లు ప్రాణవాయువు

నాసికా ద్వారములగుండ పింగళయనెడి చంద్రనాడినుండి ఇడ యనెడి సూర్యనాడి మార్గముగా మారిమారి తిరుగుచుండును. కావున యీ జీవుడు తద్వారా హంసమంత్ర కీలకంబగు (సోహం) అనెడి పదమును తనకు తానే జపించుచుండును. యీ రహస్యము తెలిసి బ్రహ్మసాక్షాత్కార మెప్పుడు పొందునో, అనగా ఆత్మసాక్షాత్కార మెపుడు పొందునో అప్పుడు ఆకాశము శబ్దమెట్లు గ్రహించునో అట్లు జీవుని ప్రారబ్దము నశించినంతనే దేహత్రయము నశించి జీవభ్రాంతి కూడ నశించును. (అనగా శబ్దస్పర్శరూప రసగంధములు లేని నామరూపక్రియా శూన్యమైన సర్వోత్కృష్టమైన పరబ్రహ్మము నందు కలిసి ఐక్యమై పోవును.) ఇదియే జీవబ్రహ్మైక్యమని తెలియుము. అప్పుడు యీ దేహము సమస్త పాపపుణ్యములు తానుగా నశించుచున్నవి.

అర్జున ఉవాచ.

శ్లో॥ బ్రహ్మాండవ్యాపితం వ్యోమవ్యోమ్నా చావేష్టితం జగత్
అంతర్బహిశ్చ తద్వ్యోమకథం దేవో నిరంజనః॥ ౫౩

(53) తా॥ శ్రీకృష్ణా! ఆకాశము సమస్త బ్రహ్మాండాకారముగా నున్నది. అట్టి యాకాశమే సర్వ జగత్తంతయును, లోపలను, వెలుపలను వ్యాపించి నిండియున్నది కదా? సమస్త బ్రహ్మాండస్వరూపముగా నుండు యీ పరబ్రహ్మకు నిరంజనత్వ మెట్లు గలిగెను? అనగా స్వయంప్రకాశ స్వరూపుడైన బ్రహ్మ నిరంజనుడని ఎట్లు చెప్పవచ్చును?

శ్రీభగవాన్ ఉవాచ.

శ్లో॥ ఆకాశో హ్యవకాశశ్చ ఆకాశవ్యాపితం చ యత్
ఆకాశస్య గుణశ్శబ్దో నిశ్శబ్దో బ్రహ్మఉచ్యతే॥ ౫౪

(54) తా॥ చిదాకాశమనియు, చిత్తాకాశమనియు, భూతాకాశ మనియు మూడు విధములు. ఆకాశము తన్మాత్ర భూతమైన శబ్దముచేత వ్యాపించి

యుండును. కాబట్టి చిత్తాకాశము, భూతాకాశము ఈ రెంటిని విడిచిపెట్టి యీ రెంటిని యేది యెరుగుచున్నదో, ఆ తెలివియే జ్ఞానాకాశ మనియు, ఆత్మయనియు, బ్రహ్మమనియు చెప్పబడును. కావున అట్టి శుద్ధతెలివి తెలుసుకొన వలయును. (ఆకాశస్య గుణశ్శబ్దః) అనగా ఆకాశము నకు గుణము శబ్దము. కావున మిథ్యా భూతాకాశము సర్వము మిథ్యయే యగును. బ్రహ్మము, నిశ్శబ్దము, నిష్ప్రపంచము, సత్యము, అక్షరము. అట్టి అక్షర పరబ్రహ్మకు అసత్య ప్రపంచముతో సంబధములేదు. కావున, ఆ పరబ్రహ్మమునకు నిరంజనత్వము చెప్పబడినది. ఈ సంగతి యీ అధ్యాయము 14. శ్లోకమునందు మొట్టమొదటనే చెప్పబడెను. మరియును,

—: సమస్తమును ఆత్మకంటే భిన్నములు :—

ప్రపంచమునందు గల సమస్తమును యీ దేహేంద్రియాదులును, ఆత్మకంటే భిన్నములు. జడములు, అజ్ఞానము వలన ఆత్మయందే కల్పింపబడినవి. (అనగా అజ్ఞానమువలన ఆత్మ స్వరూపమును ఎరుగలేక ఆత్మను, దేహాదిరూపముగా భావించుచున్నారు.) భ్రాంతిస్వరూపమైన యీ ప్రంపచము జ్ఞానముకంటే భిన్నమగు రూపమని ఇదివరకే చెప్పియున్నాను. మరియును, దేహేంద్రియాదులే సర్వ కర్మములకు కర్తలుగా నుండినచో, నీ దేహములకును, ఆత్మకును భేదము కలదని ఎట్లు చెప్పవచ్చును. వాస్తవముగా ఇవన్నియును మిథ్యలేకదా? కావున ఎట్లు జూచినను భేదదృష్టి భ్రాంతిజ్ఞానము కలవారికి "ఆత్మ" కర్తయని తలచుటకు వీలులేదు. ఈ కారణమువలన మానవులు దేహేంద్రియ కర్తృత్వములు నాత్మయందారోపించి పుణ్యాపాపములవలన గలిగిన సుఖదుఃఖముల ననుభవించుచున్నారు.

ఈ కారణమువలన మనస్సు గలిగిన ప్రపంచము గలుగును. మనస్సే లేకున్న ప్రపంచము లేదు. కావున యీ రహస్యము తెలిసినవారికి ఆత్మకును, ప్రపంచమునకు సంబంధము లేదనియు, సర్వము బ్రహ్మమే యీ ప్రపంచము (బ్రహ్మాండమంతయును) బ్రహ్మమునందే కల్పింపబడినదని నెరింగినవారికి ఎప్పటికిని దుఃఖమే లేదు.

అర్జున ఉవాచ.

శ్లో॥ దంతోష్ఠతాలుజిహ్వానా మాస్పదం యత్ర దృశ్యతే
అక్షరత్వం కుత స్తేషాం క్షరత్వం వర్తతే సదా॥ ౫౫

(౫౫) తా॥ శ్రీకృష్ణా! లోకప్రసిద్ధమైన వర్ణాత్మకాక్షరంబులు (ఏబదిరెండక్షరములు) దంతములు, ఓష్ఠములు, పెదవులు, జిహ్వ వీటి ఆధారమువలన తెలియబడుచున్నవి. అట్టి వర్ణములకు నాశరాహిత్య మెట్లు గలుగుచున్నది? అనగా ఎట్లు నశింపకుండును?

శ్రీభగవాన్ ఉవాచ.

శ్లో॥ అఘోష మవ్యంజన మక్షరం చాప్య
తాల్వోష్ఠ మనాసికం చ
అరేఫజాతం పరమూష్మ వర్జితం
తదక్షరం న క్షరతే కథం చిత్॥ ౫౬

(56) తా॥ అర్జునా! ఘోషింపునట్టి వర్ణములు కానిది ककారాది వర్ణములకు సంబంధము కానిది, అకారాది షోడశస్వరములు కానిది, దంతములు, ఓష్ఠములు, పెదవులు మొదలగువాటికి సంబంధము కానిది, యీ వర్ణములలో నుత్పత్తియైనదియును శషసహలు కానిదియును జగత్ప్రసిద్ధము

లైన పర్వలక్షణములు లేనిదియును అయిన అక్షర మేది కలదో అదియే ఓమ్ అను యక్షర పరబ్రహ్మము. సర్వోత్తమమైనద్ది కావున నశించు నది కాదని తెలియుము.

అర్జున ఉవాచ.

శ్లో॥ జ్ఞాత్వా సర్వగతం బ్రహ్మ సర్వభూతనివాసితం
ఇంద్రియాణాం నిరోధేన కథం సిద్ధ్యంతి యోగినః ॥

(57) తా॥ శ్రీకృష్ణా! యోగులు సర్వభూతములయొక్క హృదయ కమలములయందు ఆత్మస్వరూపులై అంతర్యామిగా నివసించు పరబ్రహ్మ మును సర్వము వ్యాపించియుండునట్లు తెలిసికొని ఇంద్రియనిగ్రహముచే ఎట్లు ఆత్మానుభవమును బొందగలరు?

శ్రీభగవాన్ ఉవాచ.

శ్లో॥ ఇంద్రియాణాం నిరోధేన దేహే పశ్యంతి మానవాః
దేహే నష్టే కుతో బుద్ధి ర్బుద్ధినాశే కుతోజ్ఞతా ॥ ౫౮

(58) తా॥ అర్జునా! మానవులు (యోగులు) ఇంద్రియములను తమతమ విషయములయందు పోనీయక నిర్మలచిత్తమునకు మళ్లించి తమతమస్థానములందు నిలుపవలయును. దేహము నశించిన దృఢబుద్ధి గలుగజాలదు. కావున దేహము దృఢముగ నున్నప్పుడే ప్రత్యాహారాభ్యాసము వలన ఇంద్రియములు స్వాధీన మగును. అందువలన పరబ్రహ్మసాక్షా త్కారానుభవము గలుగును. కావున ప్రత్యాహారాభ్యాసక్రమమును చెప్పు చున్నాను వినుము. (12 వ. శ్లో॥ కనపరచిన చిత్రపటము జూడుము.)

—: ప్రత్యాహారాభ్యాసము :—

ఇంద్రియములను తమతమ విషయములయందు పోనీయక నిర్మలచిత్తమునకు మరల్చి తమతమ స్థానములయందు నిలు

పుటయే ప్రత్యాహార మనబడును. చిత్తమువలన అనేకావస్థలు అనేక ఇంద్రియములకు చలనము గలుగు చున్నది. ఎట్లనగా నేనొక పుస్తకమును జూచెదను. నాకు కనుపడునట్టి పుస్తకరూపము ఆ పుస్తకమందు లేదు. ఆ రూపము నా మానసమందున్నది. బాహ్యమందున్న ఒకవస్తువు నాయందున్న యీ రూపమును బయటికి రాజేయుచున్నది. దీనియొక్క వాస్తవమయిన రూపము నా చిత్తమందున్నది. ఇంద్రియములు తమతమ కోరికలమూలమున పంపబడు ప్రతిదానిని గ్రహించి యా రూపమే తామని భావించుకొనుచున్నవి. చిత్తము యీ రూపముల బొందకుండ నిగ్రహింపబడినయెడల మనస్సు శాంతి నొందును. దీనినే ప్రత్యాహారాభ్యాస మని చెప్పబడును.

మరియును, ఇట్లు ప్రత్యాహారాభ్యాసము చేయుటవలన ఇంద్రియములు తమంతట తామే స్వాధీనము లగును. యోగి యగువాడు ఒక వేళ ఇంద్రియములను బాహ్యవస్తురూపము లందు పోనియ్యక మళ్ళించి (జయము గాంచి) చిత్తమునకు వీనిని జేర్చినచో అప్పుడు పూర్ణముగ ఇంద్రియనిగ్రహము గలుగును. అట్లు ఇంద్రియములు తనవశమునం దుండినచో శరీరమునందు ప్రతినరమును, ప్రతికండరమును తనయాజ్ఞ యందుండును. ఎట్లనగా స్పర్శల కన్నిటికిని కర్మలుచేయుటకు ఇంద్రియములు అధారస్థానములై యున్నవి. ఈ ఇంద్రియములు స్పర్శేంద్రియము లనియు, కర్మేంద్రియము లనియు రెండువిధములుగా నున్నవి. ఇంద్రియనిగ్రహమందు జయము గాంచిన యోగికి స్పర్శలును కర్మములును తన యాజ్ఞయం

దుండును. కావున అతనిశరీర మంతయును తనఆజ్ఞప్రకారము మెలగుచుండును. ఇట్లు ఇంద్రియనిగ్రహము జేసిన యోగి సర్వాంతర్యామియై ఆత్మస్వరూపుడై సర్వమును వ్యాపించియుండు పరబ్రహ్మస్వరూపమునే దర్శించుచుండును.

శ్లో॥ తావదేవ నిరోధస్స్యా ద్యావత త్త్వం న విందతి
విదితే తు పరే తత్త్వే ఏకమే వానుపశ్యతి ॥ ౫౯

(59) తా॥ ఏ మానవుడు ఎంతవరకు శాస్త్రముల మూలముగను, సద్గురువానుగ్రహమువలనను ఇంద్రియనిగ్రహమును పొందినవాడై అపరోక్షజ్ఞానమును అనగా ఆత్మసాక్షాత్కారమును పొందజాలడు. కావున ఆత్మసాక్షాత్కారానుభవము గలుగుటకు మార్గమును దెలుపుచున్నాను వినుము.

—: ఆత్మసాక్షాత్కారానుభవము :—

వివేకవంతు డగు పురుషుడు శాస్త్రయుక్తిచేతను, సద్గురువానుగ్రహమువలన సిద్ధించిన జ్ఞానముచేతను చక్కగా ఆత్మవిచారణము చేయుటవలన తనకు దృశ్యములగు అహంకారాదులు దేహాభిమానమునకు ముఖ్యకారణములైయున్నవి. కావున దేహమునకును, నాకును సంబంధ మించుకయు లేదు అను జ్ఞానమే ఆత్మస్వరూపము కలది. అట్టి స్వరూపమే సమస్తమును అంతర్యామియై వ్యాపించియుండు పరబ్రహ్మము. కావున ఆ పరబ్రహ్మమునకును, ఆత్మస్వరూపుడనైన నాకును భేదము లేదని నిశ్చయము గలవాడై "దేహమే ఆత్మ" అను భ్రాన్తిని వదలి (దేహాభిమానమును సంపూర్ణముగా వదలి) నే నెన్నటికిం

బ్రహ్మమునే అయియున్నాను అను స్వానుభవమును పొందిన వాడై (అనగా ఆత్మసాక్షాత్కారమును పొందినవాడై) నిత్యానంద ముతో గూడినవాడై యుండును.

మరియును అట్టి యోగి ప్రత్యగాత్మస్వరూపమును బాగుగా తెలిసికొని పరబ్రహ్మమునకును నాకును భేద మించుకయును లేదని దృఢనిశ్చయముతో యా బ్రహ్మమునే తన ఆత్మస్వరూపముగా భావించి దర్శించుచుండును. అట్టి యోగికి బాహ్యవ్యాపారములు సమస్తమును స్వయముగనే నశించును. ఎప్పుడు బాహ్యపదార్థముల యందిచ్ఛ లేకపోవునో, అప్పుడు వీటికి సంబంధించిన విషయ వ్యాపారము లెచ్చటనుండి వచ్చును? కావున అప్పుడు ఆ యోగి సర్వకాలములయందును ఆత్మానుసంధానపరుడై ఆనందముతో నిండియున్న చిత్తముతో సంతసించుచుండును. ఇట్టి మహాత్ముడే జీవన్ముక్తుడు అని తెలియుము.

శ్లో॥ నవచ్ఛిద్రాన్వితా దేహాః స్రవంతి గళికా ఇవ
నైవ బ్రహ్మ నశుద్ధం స్యాత్పుమాన్ బ్రహ్మ న
విందతి ॥ ౬౦

(60) తా॥ రంధ్రములతో కూడిన భాండమునందు సంపూర్ణజలము క్రమేణ హరించి ఖాళీభాండ మగునట్లు నవరంధ్రములతో గూడిన యీ దేహ మను భాండమునందు విషయవాసనలచే సర్వేంద్రియములద్వారా జ్ఞానము నశించినవారికి పరిశుద్ధమైన బ్రహ్మసాక్షాత్కారము గలుగజాలదు. అనగా విషయాసక్తమైన చిత్తము కల జీవులు సుఖదుఃఖముల ననుభవించుచు ఆత్మానుభవ మెన్నటికిని పొందజాలరు.

శ్లో॥ అత్యంతమలినో దేహో దేహీ చాత్యంతనిర్మలః
ఉభయోరంతరం జ్ఞాత్వా కస్య శౌచం విధీయతే ॥

—: దుఃఖరూపముతో గూడిన దేహము :—

(61) తా॥ పాంచభౌతిక సంబంధమైన యీ దేహము మాంసము ఎముకలు. క్రొవ్వు, మలమూత్రములు మొదలగు సమస్త కల్మషముల కాధార మైనది. మరియును ప్రకృతిజన్యములైన త్రిగుణములకు సంబంధించిన కామక్రోధాదులు, పంచమలములు, అనేకవిషయవాసనలతో గూడిన దేహము కావున మిగుల మలినమైనది. మరియును యీ దేహము మాయా వికారమగు జడ మగుటచేత ఇతరపదార్థములచే ప్రకాశింపజేయబడినది. మరియును మనోవికారముల కాశ్రయ మగుటచేత ని దేహము సుఖదుఃఖముల ననుభవించుచున్నది. కావున ఇది ఎల్లప్పుడును దుఃఖరూపముతో గూడినది.

—: నిర్మలు డగు ఆత్మ : —

ఆత్మ యన్ననో నిర్మలుడు; స్వయంప్రకాశస్వరూపుడు; సమస్త బుద్ధీంద్రియములను ప్రకాశింపజేసి సమస్తకార్యములు చేయించుచుండు సాకిరూపుడు; నిర్వికారుడు. సర్వమునకు సాక్షి యగుటచేత త్రిగుణాతీతుడు; పరమశాంతస్వరూపము గలవాడు; జ్ఞానస్వరూపుడు; ఆనందరూపుడు. కావున ఆత్మానాత్మలకుగల తత్వమును బాగుగా తెలిసికొని దేహాభిమానమును వదలి పరిశుద్ధజ్ఞానముచే సదా ఆత్మానుసంధానముచే బ్రహ్మసాక్షాత్కారమును పొందినవారికి బాహ్యరూపములగు శౌచాదికర్మలు చేసినను. చేయకున్నను నిర్బంధము లేదు. అనగా నిర్మలుడగు ఆత్మకు శౌచాది కర్మలు అనావశ్యకము లని తెలియవలయును.

శ్లో॥ పరా వృక్షేషు సంజాతా పశ్యంతీ భూజలేషు చ
మధ్యమా పశువర్గేషు మనుష్యేషు చ వైఖరీ ॥

(62) శ్లో॥ వృక్షములయందు "పరా" యను వాక్కు పుట్టె ననియును, భూమి జలములయందు "పశ్యంతి" వాక్కు పుట్టె ననియును, పశువులపక్షులయందు "మధ్యమ" యను వాక్కు పుట్టె ననియును, మనుష్యులయందు శబ్దరూపమగు "వైఖరీ" యను వాక్కు పుట్టెననియును యీ శ్లోకమునందు చెప్పబడి యున్నది.

—: ఇందుకు భావము గమనించుడు :—

మూలమాయ (శుద్ధప్రకృతి) శ్రీ భావార్థగీతామృతము 7 వ అధ్యాయమునందు చెప్పబడిన ప్రకారము "మూలమాయ" అనగా "ఓమ్" అను శబ్దబ్రహ్మమునందు ఏది మొట్టమొదట "ఏకోహం" నేను అను సంకల్పము స్ఫురణ గలిగినదో అదియే నాభిస్థానమందు స్ఫురణ గలిగినదే పరావాణి. ఈ పరావాణికి పైన హృదయస్థానమందు "పశ్యంతి" యను వాణి పుట్టినది. ఈ పశ్యంతివాణికి దిగువ అనగా నాభికిని హృదయమునకును మధ్యన పుట్టినవాణి "మధ్యమ" యనబడును.

ఈ మూడువాణులనుండి వైఖరీవాణివలన శబ్దముల యొక్క రహస్యములు ప్రత్యక్షముగా ప్రకటితమైనవి. మధ్యమవాణి స్వరములయొక్క జన్మస్థానముగా నున్నది. అనగా సమస్తస్వరములు అకారాది శబ్దములు అచ్చట నుండియే బయలుదేరుచున్నవి.

పరబ్రహ్మమునందు మొట్టమొదట పుట్టినసంకల్పమే గణేశ శారదరూపములతో గూడినదై మూలమాయ (శుద్ధ

ప్రకృతి) యని చెప్పఁబడును. ఈ మూలమాయ వేదములకు సమస్తశబ్దములకు పరా, పశ్యంతి, మధ్యమ, వైఖరీ యీ నాలుగువాణులకు ఆధారభూతముగా తల్లిగాయైనున్నది. ఆ మూలరూపిణి యగు శారదాదేవిని నిశ్చలమనస్సుగలవారై ధ్యానించినచో యీ శబ్దముయొక్క రహస్యము తెలియగలదు.

ఇతి శ్రీమన్మహాభారతే అశ్వమేధపర్వణి
శ్రీభగవదుత్తరగీతాసూపనిషత్సు
బ్రహ్మవిద్యాయాం యోగశాస్త్రే
శ్రీకృష్ణార్జునసంవాదే
బ్రహ్మప్రతిపాదకయోగోనామ
ప్రథమోఽధ్యాయః
ఓం తత్సత్



ఓమ్
శ్రీకృష్ణపరమాత్మనే నమః



భగవదుత్తరగీతామృతము



బ్రహ్మ సందర్శన యోగము
రెండవ అధ్యాయము.

అర్జున ఉవాచ:—

శ్లో॥ ఆరూఢస్య ముముక్షోశ్చ స్వరూపం పరికీర్త్యతే
తత్రారూఢస్య బ్రహ్మైక్యం కథంస్యాదితిపృచ్ఛతి ॥

(1) తా॥ శ్రీకృష్ణా! ఆరూఢు డనియు, మోక్షమునం దిచ్ఛగలవా డనియు ఇరువురియొక్క లక్షణములు చెప్పితివి. కాని ఆ యిరువురిలో ఆరూఢుడు బ్రహ్మమునం దెట్లు ఐక్యమును పొందుచున్నాడు ?

శ్లో॥ జ్ఞాత్వా సర్వగతం బ్రహ్మ సర్వజ్ఞం పరమేశ్వరమ్
అహంబ్రహ్మేతి నిర్దేష్టుం ప్రమాణం తత్రకింభవేత్॥

(2) తా॥ మరియును, శ్రీకృష్ణా ! జీవుడు (ఆత్మ) సర్వజ్ఞు డనియు, పరబ్రహ్మస్వరూపు డనియు, సర్వవ్యాపి యనియు, సాక్షిరూపు డనియు తెలిసికొని నేనే బ్రహ్మంబని నిశ్చయము గలుగుటకు ఆధారమేది ?

శ్రీభగవానువాచ :—

శ్లో॥ యథాజలం జలేక్షిప్తం క్షీరేక్షీరం, ఘృతేఘృతం
అవిశేషో భవేత్తద్వ జ్జీవాత్మ పరమాత్మనో ॥ 3

(3) తా॥ అర్జునా! జలమందు జలమును, పాలునందు పాలును, నేయియందు నేయియును కలిసినట్లైన ఒకేరూపమును పొంది భేద మెట్లు తెలియదో అలాగుననే అవిద్యోపాధియగు విషయాసక్తుండగు జీవాత్మకును పరమాత్మకును భేద ముండినట్లు తెలియుచున్నదికాని, జీవేశ్వరులయొక్క తత్వరహస్యము తెలిసికొన్నచో తానే పరమాత్మస్వరూప మని తెలిసికొను చున్నాడు. కావున జీవేశ్వరులయొక్క పరస్పరము ఎంతమాత్రమును భిన్నము కానేరదు. ఎట్లనగా,

-: అవిద్యతో గూడిన జీవుడు పరమాత్మ భిన్నులుకారు :-

వేదములు జీవబ్రహ్మములు ఒక్కటియే యని యథార్థమైన తత్వమునే తెలియజేయుచున్నవని యెన్నిమారులు బోధించినను మానవులు అట్టి యథార్థమైన తత్వమును తెలిసికొనజాలక ఎప్పుడును ఆ విషయమున సంశయించుచునే యున్నారు అట్టి సంశయమువలననే తనస్వరూపమును (ఆత్మస్వరూపమును) తెలిసికొనలేక గ్రుడ్డివారివలె పలుమారు జననమరణ ప్రవాహరూపమైన సంసారసాగరమునందు పడి దుఃఖములు జెందుచున్నారు. దీని కంతయును వారి యజ్ఞానమే మూలకారణము. ఎట్లనగా,

ప్రకృతిజన్యములైన సత్వరజస్తమోగుణముల భేదములచే "పరబ్రహ్మ ఒక్కడే" శుద్ధసత్వప్రధాన మనియు, మలినశుద్ధ ప్రధాన మనియు రెండువిధములై యుంటెను. అయినను, యీ

ద్వివిధమాయలకును ఆ బ్రహ్మమే ఆశ్రయస్థానముగా నున్నాడు. ఎట్లనగా మేఘజలమునందును ఘటజలమునందును ప్రతిబింబించిన సూర్యునివలె రెండువిధము లాయెను. శుద్ధసత్వమాయ ఆవరించియున్నవాడు ఈశ్వరుడనియు, మలినసత్వమాయ ఆవరించియున్న (అవిద్యతో కూడినవాడు) జీవుడనియు చెప్పబడును. కాని, యీ జీవేశ్వరులు పరస్పరము ఎంతమాత్రము భిన్నులు కానేరరు.

మొదటిఅధ్యాయము 32. 33. శ్లోకములందు చెప్పినప్రకారము చక్రవర్తి సేవకుడు వీరిరువురు ఎట్లు ఏకస్వరూపులే యగుదురో అట్లే బ్రహ్మతత్వమునుబట్టి చూచిన జీవేశ్వరులుకూడ ఏకస్వరూపులే యగుదురు. కావున శుద్ధవాసన మలినవాసన లక్షణము లెట్లనగా,

—: శుద్ధవాసనా మలినవాసనా లక్షణములు :—

శుద్ధవాసన యనగా, గురుమూలముగా వేదాంతశ్రవణజేసి మనన నిధిధ్యాసములవలన జ్ఞానమును సంపాదించి తద్వారా, వాసనాత్రయము లనెడి మలినవాసన పునర్జన్మమునకు కారణమైనదని తెలిసి దానిని విడిచిపెట్టి ప్రపంచము సర్వమును పరబ్రహ్మమనియు, అట్టి పరబ్రహ్మ ఆత్మస్వరూపుడగు తాననియు దృఢముగా భావించి బ్రహ్మస్వరూపముగానే యుండుట శుద్ధ వాసనా యనబడును.

మలినవాసన యనగా, త్రిగుణములతోగూడిన అహంకార మమకారములకు లోబడినవాడై ఇంద్రియవిషయభోగముల నను

భవించుచు స్థూలదేహాభిమానియగు ఆత్మ స్థూలదేహము నేనని అభిమానించుచు దారాపుత్ర గృహక్షేత్ర, ధనధాన్యాది సకల పదార్థములు "నాది నీది" యని అభిమానించుటవలన అజ్ఞానాంధకారమగు మనస్సుతో గూడుకొనినవా డగుటవలన యీ ఆత్మయే జీవు డనబడుచున్నాడు. కావున మలినవాసనా యనబడును.

శ్లో॥ జీవే పరేణ తాదాత్మ్యం సర్వగం జ్యోతిరీశ్వరం
ప్రమాణలక్షణం జ్ఞేయం స్వయమేకాగ్రవేదినా ॥ ४

(4) తా॥ మరియును, సద్గురోపదేశము లేనిచో మనోదృఢము గలుగజాలదు. అట్లులేక స్వతంత్ర బుద్ధికుశలత వలనగాని, శాస్త్రపాండిత్యముచే కాని, మరేవిధముచేతనైననుకాని, ఆత్మజ్ఞానము గలుగజాలదు. కావున సర్వజ్ఞుడై సర్వజీవదయాపరుడై సకలసంశయములను నివృత్తిజేసినవాడై కీర్తి ఫలాపేక్షలు లేనివాడై తాను సంసారసాగరమును దాటినవాడై ఎల్లప్పుడును ఆత్మానుసంధానము చేయుచున్నవాడై తన్నాశ్రయించినవారిని తరింపజేయు సామర్థ్యముగల బ్రహ్మనిష్ఠుడే సద్గురుమూర్తి. అట్టి సద్గురువును ఆశ్రయించి (తత్త్వమసీత్యాది మహావాక్యముల) తత్త్వరహస్యములు బాగుగా తెలిసికొని తద్రీతిగా నాచరించిన ఆత్మజ్ఞానము అనగా, జీవాత్మపరమాత్మల ఐక్యజ్ఞానము దృఢము గలిగి తానే సర్వవ్యాపియై పరంజ్యోతి స్వరూపమైన బ్రహ్మమగుచున్నాడు. కావున, తత్త్వమసీత్యాది మహావాక్యముల కర్థము చెప్పుచున్నాను వినుము.

—: మహావాక్యముల కర్థము :—

ఈ లోకమునందు నివసించు మనుష్యులు మొదలుకొని సకలమైన జంతువులున్ను జీవులు అనియే చెప్పబడును. పరబ్రహ్మముయొక్క ప్రతిబింబమగు ఈ జీవుడు అవ్యక్తశక్తి

యనబడు అజ్ఞానముచే కప్పబడియున్నాడు. ఇట్టి జీవుడు బ్రహ్మై క్యమును బోధించునట్టి తత్వమస్యాది మహావాక్య విచారణ చేయుటవలన జననమరణములు లేనివాడై పరబ్రహ్మస్థానమును బొందును.

మాయా ప్రతిబింబమగు ఈశ్వరునికి అధిష్ఠానమై సాక్షిగా నుండు చైతన్యమే పరమాత్మ యనబడును. అంతఃకరణ ప్రతి బింబమగు జీవునకు అధిష్ఠానమై సాక్షిగానుండు చైతన్యమే ప్రత్యగాత్మ యనబడును. ఎట్లనగా జలమునందు ప్రతిబింబించిన ఆకాశమున్ను ఘటజలమందు ప్రతిబింబించిన ఆకాశమున్ను కల్పితంబు లగుటవలన వేరువేరని చెప్పబడును. కాని, నీవు జీవుడను భ్రాంతిని విడిచిపెట్టి ప్రత్యగాత్మ స్వరూపుడైన నేనే పరమాత్మయని సమరసైక్య భావమును పొందుము.

మరియును "తత్ త్వం అసి" అను మూడుపదములు కలవు. తత్ = అనగా, బ్రహ్మము; త్వం = నీవు, అసి = అయితివి అనగా, జీవుడే బ్రహ్మమని భావము. అసి పదమునకు అకూటస్థబ్రహ్మల ఐక్యమని అర్థము. కావున, కూటస్థబ్రహ్మలకు భేదములేదు అని స్పష్టముగ అర్థమేర్పడుచున్నది. యీ ఐక్యము స్వభావసిద్ధమైనదియే కాని, కొంతకాలము భిన్నభిన్నముగా నుండినపిదప గలిగినదికాదు. ఘటముచే నావరింపబడిన యాకాశము మహాకాశముకంటె ఎప్పటికిని వేరుకానట్లు యీ కూటస్థుడును పరబ్రహ్మమునకంటె ఎన్నడును వేరుకాడు. ఎప్పటికి బ్రహ్మముతో విభాగముకలవాడై యుండలేడు. యీ విషయము శ్రుతులు పలుమారు చాటుచున్నవి.

శ్రుతి॥ తత్సత్యం - సఆత్మా - తత్వమసి అనగా, ఆత్మ స్వరూపుడవగు నీవే బ్రహ్మము ఆ బ్రహ్మమే ఆత్మస్వరూపుడవగు నీవు. ఇది సత్యము. చాందోగ్యోపనిషత్తునందు చెప్పబడినది.

శ్రుతి॥ తత్వమసి - త్వంతదసి - త్వంబ్రహ్మాస్మి - అహం బ్రహ్మాస్మి తనుసంధానం కుర్యాత్॥ తా॥ ఆత్మస్వరూపుడవగు నీవే బ్రహ్మము. ఆపరబ్రహ్మమే నీవు. కావున సకల తలంపులు మాని ఆత్మస్వరూపుడనగు నేనే బ్రహ్మమని సదా ఆత్మానుసంధానము జేయుము. ఇట్లు పైంగుళోపనిషత్తునందు చెప్పబడినది.

శ్రుతి॥ యఏవం -వేదాహం - బ్రహ్మాస్మీతి - స - ఇదం- సర్వం - భవతి॥ తా॥ ఎవడు ఆత్మస్వరూపుడనగు నేనే బ్రహ్మమని తెలిసికొనుచున్నాడో, వాడు పరబ్రహ్మస్వరూపుడగుచున్నాడు. ఇట్లు బృహదారణ్యోపనిషత్తునందు చెప్పబడినది. "అయమాత్మాబ్రహ్మ" అనగా, యీ శరీరమున అంతఃకరణ సాక్షిగానుండు ఆత్మయే బ్రహ్మము. జీవాత్మ పరమాత్మ ఇద్దరున్నూ ఏకపరబ్రహ్మస్వరూపమే అని ఎవరు నిశ్చయభావముతో ఆత్మానుసంధానము చేయుచున్నారో, వారే జీవన్ముక్తులని చెప్పబడుదురు.

అర్జున ఉవాచ :—

శ్లో॥ జ్ఞానేనైవ భవేద్జ్ఞేయం విదిత్వా తత్క్షణేన తు
జ్ఞానమాత్రేణ ముచ్యేత కిం పునర్యోగధారణాత్ ॥ 5

(5) తా. శ్రీకృష్ణా! జ్ఞానముచేతనే తెలిసికొనదగిన జ్ఞేయ వస్తువును (పరబ్రహ్మమును) తెలిసికొన్నవాడు మరల యోగధారణ మొదలగు అభ్యాసములు వృథాగా ఎందుకు చేయవలయును ?

అర్జునా! శ్రీభావార్థ గీతామృతము 7. అధ్యాయము 2. శ్లోకము నందు చెప్పిన ప్రకారము ఏది తెలిసికొన్న మీద మోక్షమును పొందుదువో, అట్టి స్వానుభవముతో గూడిన విజ్ఞాన మెవరికి గలుగుచున్నదో, అట్టి పరోక్ష జ్ఞానము గలిగినవాడు నా నిజస్వరూపమును సంపూర్ణముగా తెలిసికొని సంశయరహితు డగుచున్నాడు. కావున, అట్టివానికి మరల తెలిసికొనదగిన యంశము మరొకటి లోకమునందుండనేరదు. కాన, అపరోక్షజ్ఞానము గలుగు నంతవరకు అంతఃకరణ వృత్తిశూన్యమగుటకు యోగధారణాధ్యానములు తప్పక చేయవలయును. అట్లు అపరోక్షజ్ఞానానుభవము అనగా, ఆత్మ సాక్షాత్కారము పొందినవానికి కర్మానుష్ఠానములతో ప్రయోజనముండదని తెలియుము.

శ్లో॥ జ్ఞానేన దీపితే దేహేబుద్ధిః బ్రహ్మసమన్వితా
బ్రహ్మజ్ఞానాగ్ని నావిద్యాన్నిర్ధ హేత్కర్మబంధనమ్॥

(6) తా॥ అర్జునా! భావార్థ గీతామృతము 3. వ. అధ్యాయము 3 శ్లోకమునందు చెప్పినప్రకారము అష్టాంగ యోగసాధనముచేత నిశ్చయాత్మక బుద్ధిగలవాడై ఆత్మజ్ఞానమును సంపాదించుకొన్న యోగియొక్క దేహము బ్రహ్మజ్ఞానముచే ప్రకాశించుచుండును. మరియును, సంకల్పవికల్పములు సమస్త కర్మములు జ్ఞానాగ్నిచేత దహింపబడుచున్నవి.

ఎట్లనగా, బాగుగా మండుచున్న అగ్నిహోత్రుడు పచ్చికట్టెలనుగాని ఎండినకట్టెలనుగాని, ఎట్లు భస్మముచేయుచున్నాడో, అలాగుననే జ్ఞానాగ్ని యోగియొక్క ప్రారబ్ధకర్మములు తప్ప ఆగామిసంచితకర్మములను సమస్త మును భస్మముగా జేయును. ఏ కర్మములను చేయుచున్నను నిష్కామముతో జేయుచు సదా ఆత్మానుసంధానము చేయుయోగి కొంతకాలమునకు అఖం డజ్ఞానమును స్వయముగానే పొందుచున్నాడు తద్వారా ప్రారబ్ధకర్మములు నశించి అనగా కర్మబంధము లేనివాడగుచున్నాడు.

శ్లో॥ తతః పవిత్రం పరమేశ్వరాఖ్య
మద్వైతరూపం విమలాంబరాభం
యథోదకేతోయ మనుప్రవిష్టం
తథాత్మరూపో నిరుపాధిసంస్థః ॥ ౭

(7) తా॥ అట్టి అఖండజ్ఞానమును పొందినయోగి అనేక నదీప్రవాహములు తమతమ నామరూపములతో ప్రవహించుచుండినను మహాసముద్రమునందు కలిసి తమతమ రూపనామక్రియలు ఏవియు లేనివై, ఎట్లు ఐక్యములు పొందుచున్నవో, అలాగుననే:సజాతీయ విజాతీయ స్వగత భేదశూన్యమైనదియును, నిర్మలమైన యాకాశమువంటి కాంతిగలదియును అద్వైతరూపమును ఉపాధిరహితమైనదియును అయిన అఖండ సచ్చిదానందపరబ్రహ్మ స్వరూపమగు ఆత్మస్వరూపమును బొందుచున్నాడు.

శ్లో॥ ఆకాశవత్సూక్ష్మ శరీరఆత్మా
నదృశ్యతే వాయు వదంతరాత్మా
సబాహ్యా మభ్యంతర నిర్మలాత్మా
జ్ఞానోల్కయా పశ్యతి చాంతరాత్మా ॥ ౮

(8) తా॥ అర్జునా! ఆత్మ ఆకాశమువలె అతిసూక్ష్మమైనది; నిర్మలమైనది. శాంతమై నిర్వికారమై స్వయంప్రకాశమై నిర్వికల్పమై అవినాశమై సచ్చిదానంద పరబ్రహ్మస్వరూపుడు చక్షురాది ఇంద్రియంబులకు గోచరము కానివాడు కావున ఎవరు సర్వకాల సర్వావస్థలయందును మనస్సును బాహ్యవిషయములనుండి అంతర్ముఖముగా ద్రిప్పి తాను దేహేంద్రియములకును, మనోబుద్ధులకును ప్రకృతికి విలక్షణుడై సదా ఆత్మానుసంధానము జేయుచున్నాడో, అట్టివాడు స్వస్వరూపానుభవమును పొందుచున్నాడు.

మరియును, ఏ పురుషుడు దృశ్యపదార్థము లన్నిటిని ప్రత్యగాత్మయందు లయింపజేసి ఆ ప్రత్యగాత్మను పరమాత్మయందు లీనముగావించి

అనగా, దృశ్యపదార్థములు కూటస్థునికంటే వేరుకావనియు, ఆ కూటస్థుడు జ్ఞానస్వరూపుడు అగుటవలన పరబ్రహ్మమునకంటే వేరుకాడనియు నిశ్చయించి తాను "అహంబ్రహ్మాస్మి" యను దృఢనిశ్చయముతో నిర్వికల్ప సమాధిని జెందియుండునో అట్టివాడే జీవన్ముక్తు డనబడును. కావున నిర్వికల్ప సమాధిస్థితిని చెప్పుచున్నాను వినుము.

—: నిర్వికల్ప సమాధిస్థితి .—

ఈ దృశ్య ప్రపంచమంతయును నాత్మ కాదు. అనగా, నేను కాదు. దీనికి అత్మసాక్షియైయున్నాడు అని ఏ జ్ఞానముతో తెలిసికొనుచున్నాడో, ఆ జ్ఞానమే ఆత్మస్వరూపము. ఆత్మకును, పరబ్రహ్మమునకు భేద మించుకయులేదు. కావున నేనే బ్రహ్మము అని నిశ్చయించుకొనుము. పిదప ఆత్మ వేరు ఈ ప్రపంచము వేరు దీనికి ఆత్మ సాక్షి ప్రపంచము సాక్షి అను భేదాభిప్రాయమును కూడవదలి యీప్రపంచము బ్రహ్మమునకంటె భిన్నము కాదు. బ్రహ్మము సర్వవ్యాపి సర్వమయుడు అను దృఢభావన గలవాడై సర్వమయుడై నిశ్చలుడై సదా ఆత్మానుసంధానము జేయుటే నిర్వికల్పసమాధి యనబడును.

శ్లో॥ యత్రయత్ర మృతోజ్ఞానీ ఏకదా నేకమృత్యునా,
యథాసర్వగతం వ్యోమ తత్రతత్ర లయంగతః ॥

(9) తా॥ అవిచ్ఛిన్నమైన యాకాశము, ఘటమఠంబులయందు భిన్నభిన్నముగా తోచినను, ఘటమఠంబులకు నాశము సంభవించినప్పుడు వానియందుండు ఆకాశము మహాకాశముతో గలియునట్లు ఆత్మసాక్షాత్కారము పొందినట్టి బ్రహ్మజ్ఞాని ఎచ్చటనైనను ఏవిధముచేతనైనను అకాలమృత్యువుచేత

నైనను సర్పవ్యాఘ్రాది దుష్టజంతువుల చేతనైనను, దుర్జనుల చేతనైనను గంగాతీరమునందుగాని మాలపల్లెయందుగాని మృతుండైనను అప్పుడేముక్తుడగుచున్నాడు. ఎట్లనగా,

-: బ్రహ్మజ్ఞాని ఎచ్చట శరీరము విడిచినను నిర్బంధము లేదు :-

అజ్ఞాన నివర్తియే శరీరవిడుదల యనబడును. అట్టిస్థితి ఎప్పుడుగలుగునో, అదియే సమాధిస్థితి. అయితే మోక్షమనగా నేది? అనగా, హృదయములోగల అవిద్యయను మాయాముడి ఎప్పుడు వీడునో, అప్పుడే ముక్తుడగును. అట్టిస్థితి ఎప్పుడు గలుగునో అప్పుడు కాలముగాని, సమయముగాని, స్థలముగాని చూడపని లేదు. ఎట్లనగా ఒకచెట్టునుండి రాలినఆకులు ఎచ్చటపడిన నేమి ? దానివలన చెట్టుకు ఏయొక్క హానియు లేదుగదా ? అలాగుననే, బ్రహ్మజ్ఞానియొక్క దేహము మొదటనే జ్ఞానాగ్నిచేత కాల్చబడియున్నది. కావున అట్టిదేహ మెచ్చటపడిపోయినను బ్రహ్మజ్ఞానికి ఏలాటి నిర్బంధమునులేదు. మరియును,

పాలతోగలిసి పాలున్ను, నూనెలోగలిసిన నూనెయున్నూ, నీటితోగలసిన ఉప్పున్ను ఏలాగున భేదములేక ఐక్యమునొందునో అలాగుననే ఆత్మయందు లీనమైన యాత్మవేత్తయగు మహాత్ముడు ఆత్మస్వరూపముగానే బ్రహ్మముతో నైక్యమును పొందుచున్నాడు. అనగా, అట్టి పరిపూర్ణమైన బ్రహ్మత్వమును పొందినజ్ఞాని పునర్జన్మములేని శాశ్వత మోక్షపదవి బొందుచున్నాడు. జ్ఞానమను జ్యోతితోకూడ ప్రాణము విడుచుట ఉత్తరాయణమనియు అజ్ఞానముచే స్వరూపజ్ఞానమును మరచినవాడై మాయచే మోహము

గలవాడై ప్రాణమును విడుచుట దక్షిణాయనమనియు తెలియ వలయును.

శ్లో॥ శరీర వ్యాపకం వ్యోమ భువనాని చతుర్దశ,
నిశ్చలో నిర్మలో దేహి సర్వవ్యాపి నిరంజనః ॥

(10) తా॥ ఆకాశము సకల శరీరములయందును, సకల లోకముల యందును, సమస్తమును ఎట్లు వ్యాపించియున్నదో, అలాగుననే, అఖండ సచ్చిదానంద స్వరూపుండగు "జీవుడు" అనగా, ఆత్మస్వరూపుడు, చలనము లేనివాడు. నిర్మలుడు సమస్తము వ్యాపించి స్వయంప్రకాశుండై యున్నాడు కాని అవిద్యతోగూడిన జగత్తున కుపాదానకారణమై అవిద్యయందు ప్రతి ఫలించినవాడు చిదాభాసజీవుడని చెప్పబడినను ఆ జీవుడు సర్వవ్యాపి అనియే చెప్పవచ్చును. ఎట్లనగా,

—: జీవుడు సర్వవ్యాపి :—

తనకు పరమానందము స్వస్వరూపమే అయిఉన్నను దానినివిడిచి అసత్యములగు బాహ్యవిషయములవలన ఆనంద మును ఎవడు పొందుచున్నాడో, అట్టివాడు చేతబెట్టిన అమృతము పారవైచి అందలి రసమేమైన క్రిందికి జారునేమోయను తలం పుచే మోచేతిని నాక తలచినవానివలె సహాయము లేనివాడగును. అనగా, పరబ్రహ్మమునకంటే భిన్నములేని స్వస్వరూపుడే పరమా నందస్వరూపుడై యుండినను అజ్ఞానముతో గూడిన పురుషుడు దాని నెరుగలేక కేవల విషయభోగములను గోరువానికి బ్రహ్మ జ్ఞానము బొత్తిగా లేదని దృఢముగా జెప్పవచ్చును. దానికి విషయసుఖములు కోరుటయే ప్రబలకారణము. అట్లు లేక పరమానంద మనుభవించువాడు అల్పవిషయసుఖములను ఎప్పటికిని కోరజాలడు.

మరియును సర్వమయుడగు "ఆత్మను" విచారదృష్టిచే ప్రత్యక్షముగా జూచుమహాత్మునకు ప్రపంచమంతయు శూన్యముగా తోచును. స్వప్నావస్థలయందును ఆ బ్రహ్మమునందే క్రీడించుచుండును. ఇట్లు ఏపురుషుడు చిత్తనిగ్రహము గలిగి భేదములులేక సత్యజ్ఞానానందస్వరూపుడై సర్వవ్యాపకుడైయున్న బ్రహ్మమే నేను అని నిశ్చయించుకొనియున్న మహాత్ముడు వాస్తవముగా యీ బాహ్యప్రపంచమంతయును కేవలము మనోమాత్రమనియు దీనికి మనస్సుకంటే నితరమగు ఆధారములేదు. ఇది నీచమైనది. అనిత్యమైనది ఉన్నట్లు కనబడుటమాత్రమే కాని, యిది యథార్థమైనదికాదు. యని నిశ్చలమైనబుద్ధితో విచారించి సర్వమును బ్రహ్మమునకంటె భిన్నము కానేరదు, అని యథార్థము నెరిగి యే పురుషుడు ప్రకాశించునో అట్టిజ్ఞానికి పరబ్రహ్మము ఇచ్చుటకలదు, ఇచ్చుటలేదు. అను భేదములులేవు. కార్యకారణములు లేవు, భోగ్యాదిరూపములగు నితర పదార్థములులేవు. సమస్తమును బ్రహ్మస్వరూపమేయని నా బ్రహ్మమునందే లయమునొంది నిశ్చలుడై పరమశాంతుడై ఏ సంకల్పమునులేక నేను సర్వమును వ్యాపించియున్నాను. నేను స్వయంజ్యోతిస్వరూపుడను సర్వసాక్షియని యుండు మహాత్ముడు సర్వము బ్రహ్మముగానే జూచును.

శ్లో॥ ముహూర్తమపియోగచ్ఛే న్నాసాగ్రేమనసాసహ
సర్వం తరతిపాప్మానం తస్యజన్మ శతార్జితమ్ ॥

(11) తా॥ ఏ పురుషుడు నిశ్చలమనస్సు కలవాడై, అనగా, మనస్సును హృదయకమలమునందు నిలిపి, సుషుమ్నానాడి మార్గమున ప్రాణవాయు

వును సహస్రారమునందు కుంభించి భ్రూమధ్యమునందు దృష్టినిలిపి పరబ్రహ్మస్వరూపుడగు ఆత్మను ప్రతిదినము ఒక ముహూర్తకాలమైనను ధ్యానించినచో అట్టివాడు సచ్చిదానంద పరబ్రహ్మస్వరూపమును పొందుచున్నాడు. అట్టి యోగియొక్క జన్మాంతరములనుండి వచ్చుచున్న సమస్త కర్మములు నశించుచున్నవని తెలియుము. కావున అట్టి పరమాత్మస్వరూపమును పొందుటకు సాధనమగు ప్రాణాయామక్రమమును చెప్పుచున్నాను వినుము.

-: ప్రాణ లయక్రమము :-

యోగముచేత జ్ఞానములభించుచున్నది, కావున యోగమునకంటే శ్రేష్ఠమైనది లేదనియు, యోగమే మోక్షమునొసంగుననియు, యోగి సకలకర్మానుష్ఠానములు చేయువారికంటే శ్రేష్ఠుడనియు శ్రీభావార్థ గీతామృతము 16. అధ్యాయము 1. మొదటి శ్లోకమునందు చెప్పబడియున్నది. కావున ప్రాణము, మనస్సు యీ రెండు లయమొందిన మోక్షము సిద్ధించును. లేనియెడల మోక్షము సిద్ధింపదు. కాన ప్రాణలయము గలిగినయెడల మనస్సు కూడ లయమొందును. అందువలన ప్రాణలయక్రమమును విశదముగా చెప్పుచున్నాను.

శ్రేష్ఠమైన స్థానమునందు వసించియుండు సుషుమ్నాయనెడి మధ్యనాడిని చక్కగా భేదించుస్థితిని గురుముఖముగా తెలిసికొని ప్రాణవాయువును సుషుమ్నానాడి మధ్యయందు పోవునట్లుజేసి బ్రహ్మరంధ్రమునందు నిరోధింపవలయును. అభ్యాసముచేత ప్రాణముయొక్క చలనము క్షయము గలిగినప్పుడు మనస్సు మిగుల శాంతి నొందుచున్నది. ప్రాణమును, మనస్సును లయమొందినప్పుడు సమస్త భావనా సంకల్పవిషయములు నశించి

పరిశుద్ధాంతఃకరణముచేత ఆత్మసాక్షాత్కారము గలుగుచున్నది. అప్పుడు యోగి జీవముతో నుండియే ముక్తు డగుచున్నాడు.

మరియును, ఒక రహస్యము నను చెప్పుచున్నాను వినుము. సూర్యుడును, చంద్రుడును, దివారాత్రుల కాలస్వరూపమై నడుచుచున్నారు. సరస్వతి యనెడు సుషుమ్నా, సూర్యచంద్రులచే నడుపబడుచున్న దివారాత్రికాలములను లయింపజేసికొనుచున్నది. ఇది అతిరహస్యమైనసంగతి; యోగీశ్వరులకుమాత్రమే తెలియును. రెండున్నరఘడియ సూర్యుడును; రెండున్నరఘడియ చంద్రుడును గమన మగుచున్నది. సూర్యుడు నడచునప్పుడు పగలు అనియు, చంద్రుడు నడుచునప్పుడు రాత్రి యనియు చెప్పబడుచున్నది. యోగులకు రాత్రి పగ లు అయిన లౌకికులకు 12 పండ్రెండు రాత్రిపగలు కాలస్వరూపముగా నడచుచున్నది. అట్టి కాలనిర్ణయమువలన జీవులకు ఆయుఃప్రమాణ మగుచున్నది.

ఎప్పుడు సుషుమ్నామార్గముచేత వాయువు బ్రహ్మరంధ్రమందు సంచరించుచున్నదో, అప్పుడు దివారాత్రికాలస్వరూపము లేనందున సుషుమ్నా కాలమును లయింపజేసికొన్నదని తెలియవలయును. ఎంతవరకు బ్రహ్మరంధ్రమునందు వాయువు సంచరించుచుండునో అంతవరకును యోగులకు ఆయుర్వృద్ధి గలుగుచున్నది. ఇట్లు దీర్ఘకాలము సమాధిని అభ్యసించిన యోగి కాలుని జయించుచున్నాడు.

ఈ శరీరమునందు డెబ్బదిరెండువేల నాడులున్నప్పటికిని సుషుమ్నా యనెడి మధ్యనాడి శాంభవీశక్తి యగుటవలన ధ్యానముచే ఆత్మసాక్షాత్కారము నొసంగునది. కాన సమస్తనాడుల

కంటే మహాశ్రేష్ఠమైనది. దీనికే బ్రహ్మనాడి యనికూడ చెప్పబడును. ఇట్లు అభ్యసించిన వాయువు జఠరాగ్నితో, కుండలీశక్తిని మేలుకొలిపి ఏ ప్రతిబంధములేక వాయువు సుషుమ్నయందు ప్రవేశించును. ఏ యోగి ప్రాణవాయువును బ్రహ్మనాడియందు లయింపజేయుచున్నాడో, అట్టియోగి మనస్సును ప్రాణమును జయించినవా డగుచున్నాడు. ఎట్లనగా, మనస్సు, ప్రాణము ఇవి రెండును నొకదానికొకటి సంబంధము యుండుటవలన యీ రెంటియం దొకదానిని కట్టినయెడల రెండును కట్టుబడుచున్నవి.

చిత్తము చలించుటకు కారణము :— వాసన లేక భావనలేక సంస్కారము; ప్రాణవాయువు యీ రెండును ముఖ్యకారణములై యున్నవి. వీనిలో నొక్కటి నశించినయెడల ఆ రెండును నశించును. వాసన నశించినయెడల వాయువు చిత్తము అను రెండును నశించును. చిత్తము నశించినయెడల వాయువును, వాసనయు అను రెండును నశించును. మనస్సును, ప్రాణమును ఆ రెండును లయము కానియెడల ఇంద్రియవర్గములు తమతమ కార్యములలో ప్రవర్తించుచుండును. ఆ రెండును లయ మైన యెడల పురుషుడు తనస్వరూపస్థితిని బొందును. ఇదియే మోక్షసిద్ధి యనబడును. కావున కారణ గురుమూర్తివలన యీరహస్యమును తెలిసికొని అభ్యాసమువలన సాధింపదగినది. సద్గురువానుగ్రహముచేత నిమిషమాత్రమున మనోలయము చేయవచ్చును. ఇట్లు సాధించిన యోగియొక్క జన్మార్జితకర్మములు సమస్తమును నశింపజేయుచున్నవని తెలియుము.

శ్లో॥ దక్షిణే పింగళానాడీ వహ్నిమండల గోచరాః
దేవయాన మితిజ్ఞేయం పుణ్యకర్మానుసారిణీ ॥ ౧౨

శ్లో॥ ఇడాచ వామనిశ్వాసో సోమమండల గోచరాః ॥
పితృయాన మితిజ్ఞేయం వామమాశ్రిత్య తిష్ఠతి ॥ ౧౩

శ్లో॥ దేహస్య పశ్చిమేభాగే వీణాదండ స్వరూపభృత్
దీర్ఘాస్థిమూర్ధ్ని పర్యంతం బ్రహ్మదండీతికథ్యతే ॥

(12-14) తా. పింగళనాడి మూలాధారమునుండి వెడలి హృత్కమలముయొక్క దక్షిణభాగమున శిరస్సునందుండెడు సహస్రారకమలమును ఆధారము జేసికొని అగ్నిమండలమువరకు వ్యాపించి పుణ్యకర్మములను జేసినవారిని అర్చిరాదిమార్గమున దేవలోకంబును జేర్చును.

ఇడానాడి మూలాధారమునుండి వెడలి హృత్కమలముయొక్క వామభాగమున శిరస్సునం దుండెడు సహస్రారకమలమును ఆధారము జేసికొని చంద్రమండలమువరకు వ్యాపించి పితృదేవతలను నారాధించిన వారిని ధూమాదిమార్గమున పితృలోకంబును జేర్చును.

సుషుమ్నానాడి వీపుయొక్క మధ్యయందు వీణాదండమనెడి 32 ఎముకలతోగూడిన బ్రహ్మదండి యొకటి శిరస్సువరకు నెక్కొనియున్నది ఆదండి మేరుమధ్యమున శిరస్సుయొక్క నడుమ దూరి భ్రూమధ్యము వరకు నుండు సూక్ష్మమైన ద్వార మొకటి యున్నది. అదియే బ్రహ్మనాడి యనియును సుషుమ్న యనియును చెప్పబడును. సుషుమ్నకు అధారశక్తియైన కుండలికిని, భ్రూమధ్యమునందలి చంద్రునియందుండి స్రవించు అమృతమునకును తుర్యావస్థయైన మనోన్మనికిని జడమైన కాయేంద్రియ మనస్సులకును చేతనాశక్తిని గలుగజేసి సమస్తమునకు ఆధారముగ నుండుటవలన యీ సుషుమ్న సర్వోత్తమమైన చిచ్ఛక్తి స్వరూపముగను ఆత్మస్వరూపముగను నున్నదని ఆత్మానుభవముగల మహనీయులు కొని యాడుచున్నారు.

శ్లో॥ తస్యాంతే సుషిరం సూక్ష్మం బ్రహ్మనాడీతి సూరిభిః

శ్లో॥ ఇడాపింగళ యోర్మధ్యే సుషుమ్నా సూక్ష్మరూపిణీ ॥
సర్వం ప్రతిష్ఠితం తస్మిన్ సర్వగం సర్వతోముఖమ్॥

(15-16) తా. మొదటి అధ్యాయము 37 శ్లోకమునందు చెప్పిన ప్రకారము అష్టాంగయోగములను సాధించినవారై 16 వ శ్లోకమునందు చెప్పినప్రకారము రేచక పూరకకుంభములద్వారా సదా ఆత్మానుసంధానము చేయు జ్ఞానులకు సూక్ష్మరూపియగు సుషుమ్నానాడి మూలాధారమునుండి ఇడాపింగళనాడుల మధ్యమున జొచ్చి (అనగా భ్రూమధ్యమునందు,) సూక్ష్మమైన ద్వారమున జొచ్చినసహస్రార మనెడు బ్రహ్మరంధ్రము నందా సర్వాత్మకమై సర్వవ్యాపకమై సర్వతోముఖమై బ్రహ్మజ్యోతియందు కలియునట్లు జేయును. కావుననే సుషుమ్నానాడి మహాత్మ్యకమైనదని కొనియాడబడుచున్నది.

శ్లో॥ తస్యమధ్యగతా స్సూర్యసోమాగ్ని పరమేశ్వరాః
భూతాలోకాదిశః క్షేత్ర స్సముద్రాః పర్వతాశ్శిలాః

శ్లో॥ ద్వీపాశ్చ నిమ్నగావేదాః శాస్త్రవిద్యా కలాక్షరాః ॥

శ్లో॥ స్వరమంత్ర పురాణాని గుణాస్సత్వాదయోపి చ
బీజ జీవాత్మక స్తేషాం క్షేత్రజ్ఞాః ప్రాణవాయవః

శ్లో॥ సుషుమ్నాంతర్గతం విశ్వం తస్మిన్ సర్వంప్రతిష్ఠితం॥

(17-20) తా॥ సుషుమ్నానాడి సమస్త ప్రపంచాత్మకస్వరూపమైన స్వయంజ్యోతిస్వరూపి యగు పరబ్రహ్మమునకు స్థానముగ నున్నది. ఈ నాడి నానామార్గములు గలిగి అనేకముఖంబులతో వ్యాపించియున్నది. ఈ నాడియే సమస్తమునకు ఆధారభూతముగా నున్నది. సూర్యుడు, చంద్రుడు, అగ్ని, త్రిమూర్తులు చరాచరప్రపంచము ప్రపంచమునందుగల సకల

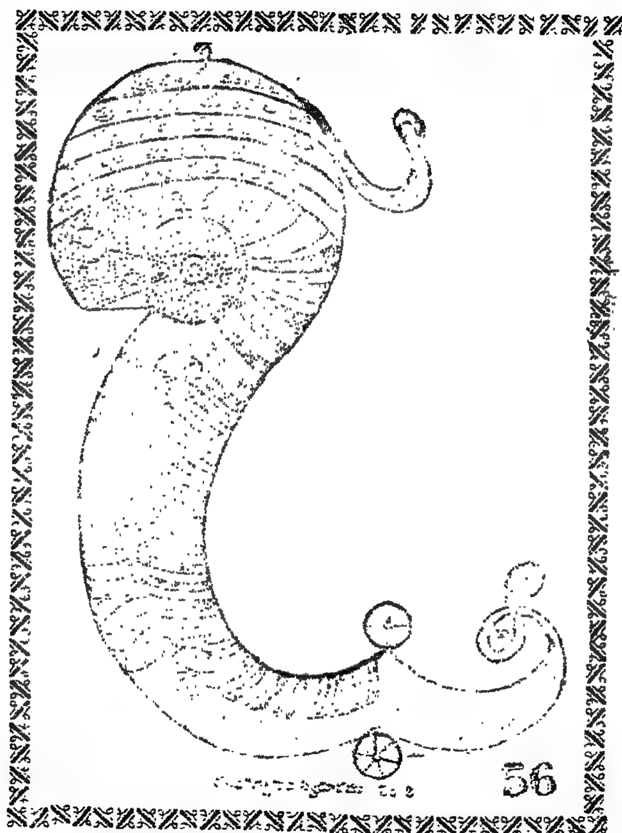
భూతములు పదునాల్గులోకములు ప్రయాగాదిపుణ్యస్థలు కాశ్యాది ధర్మక్షేత్రములు లవణాది సప్తసముద్రములు మేర్వాదిపర్వతములు, రత్నాది శిలలు, జంబ్వాది ద్వీపములు, గంగాది నదులు, వేదములు, మీమాంస శాస్త్రములు, చతుష్షష్టి కళలు, బ్రాహ్మణాదిజాతులు, అకారాదివర్ణములు, ఉదాత్తాదిస్వరములు, గాయత్రి మొదలగు సప్తకోటి మహామంత్రములు అష్టాదశపురాణములు, సత్వాదిగుణములు, మహదాది ఇరువదినాలుగు తత్వములకును, జీవునకు క్షేత్రజ్ఞునకు పంచప్రాణములకు నాగాది ఉపవాయువులకు మొదలగు సమస్తజగజ్జాలములకును ఆధారమైనది. కుండలినీశక్తి అంతర్భూతమైనది కావున సుషుమ్నానాడియందే సమస్తప్రపంచమును నివసించియుండును.

మరియును ప్రత్యక్షముగ కనబడెడి యీ స్థూలదేహమునందు మూలాధారమునుండి సహస్రారమువరకు వీణాదండమువలె నొక వెన్నెముక యుండును కావున వివరించి చెప్పుచున్నాను వినుము.

-: సుషుమ్నా నాడీమహాత్మ్యము :-

సుషుమ్నానాడి శరీరముయొక్క వెనుకభాగమున వీణాదండమువలె శిరస్సుపర్యంతమును వెన్నెముక యున్నది. దానిని బ్రహ్మదండి యని కూడ చెప్పుదురు. మరియును, వెన్నెముక మధ్యమందు గొట్టమువలె సూక్ష్మ రూపముగా నుండు రంధ్రమునే, బ్రహ్మనాడి. ఇడాపింగళ నాడుల మధ్యమున నుండి సుషుమ్నా యనుపేరుతో బ్రహ్మైక్యము గలుగజేయునది. ఈ సుషుమ్నానాడికి అంతర్గతముగా కుండలినీశక్తి గలదు. నిదర్శనము చిత్రపటమును జూడుడు.

ఈ వీణాదండమునకు వీణకు మెట్లవలెనే యొకటి మీద నొకటిగా ముప్పదిమూడు పూసలుండును. అం



సుషుమ్నానాడి మహాత్మ్యము.

దున మొదటి ఏడుపూసలు మెదపూసలనియు తతిమ్మ ఇరువదియారు పూసలు వెన్నుపూస లనియు చెప్పబడును.

ఈ పూసల నడుమ నాళముండును. ఇదియే సుషుమ్నా నాళము గుండా అధోముఖముగా మూలాధారమునకు వచ్చి మనస్సును విషయములకు పోవునట్లుజేసి, తాను మరల ఊర్ధ్వముఖముగా వెన్నుపూసలు మెడపూసలు దాటి పెద్దనాళముతో కలియును. ఈపెద్దనాళమునకే బ్రహ్మ రంధ్రమని పేరు. ఈసుషుమ్నా సర్పాకారముగ నున్నం దున వెన్నుపామనికూడ చెప్పబడును. ఇది కడు కోమల మైనదియు, బహు మృదువైనదియు కావున నే అపాయ మును గలుగక శిరస్సునందు కపాలకుహర మనెడి దట్ట మైన యెముకలపెట్టెలో నిమిడ్చబడి యతిజాగ్రితతో కాపాడవలసియున్నది. ఈ సుషుమ్నా యుండెడు స్థానమే బ్రహ్మరంధ్రము ఇదియే ప్రాణాధారము.

మరియును, వెన్నెముకయం దుండెడు ముప్పది మూడుపూసలనే ముప్పదిముగ్గురు దేవతావరు లనియును శరీరమునందలి ముప్పదిమూడుకోట్ల రోమములే ముప్పది మూడుకోట్ల దేవత లనియు (దేవతావరు లనగా ఇంద్రుడు బ్రహ్మ, అష్టవసువులు, ఏకాదశరుద్రులు, ద్వాదశాదిత్యులు మొదలగు ముప్పదిముగ్గురుదేవతావరులని) తెలియవల యును. శరీరమున నూరునాడులు గలవు. అందున నొక్కొక్కదానికి నూరుశాఖానాడులు గలవు. మొత్తము డెబ్బదిరెండువేలు సూక్ష్మనాడులు గలవు. అందున ముఖ్య

ములగు నాడులు పదునాల్గు గలవు. వాటిని వివరించి చెప్పు చున్నాను వినుము.'

—: చతుర్దశనాడుల వివరము :—

1 అతికోమలమైన సుషుమ్నా ఇడాపింగళనాడులతో మూలాధారమునుండి యూర్ధ్వముఖముగా బోయి కుండలినీశక్తి యను పేరుతో, కపాలకుహరమున ప్రవేశించి యచ్చటనుండి నాలుక కొనకు చేరి సరస్వతి యను పేరిట ప్రసిద్ధిజెంది; మూలాధారమునుండి సహస్రారమువరకు వ్యాపించుచు పశ్చిమాభిముఖమై భ్రూమధ్యమునందు ఇడాపింగళనాడులతో గలిసి యుండు స్థానమే త్రివేణీసంగమ మనియు, త్రికూట మనియు, ఆజ్ఞాయుచక్ర మనియు చెప్పబడును. సుషుమ్నా తెల్లనిరంగు గలదిగాన, శుక్లనాడి ఇది పరబ్రహ్మధ్యానమునకు జ్ఞానసాధకముగా యున్నది. కావున బ్రహ్మనాడియని చెప్పబడును. దీనికి దేవత శివుడు.

2 సుషుమ్నకు ఎడమవైపుననుండు ఇడానాడి ఎడమనాసిక యందు వ్యాపించియున్నది. దీనికి దేవత విష్ణువు.

3 సుషుమ్నకు కుడిప్రక్కన నుండు పింగళనాడి కుడినాసిక యందు వ్యాపించియున్నది. దీనికి దేవత బ్రహ్మ.

4 సుషుమ్నకు ముందుగానుండు కుహునాడి గుహ్యమువరకు వ్యాపించియున్నది. దీనికి దేవత అగ్ని; లేక పృథివి అని చెప్పుదురు.

5. సుషుమ్నకు వెనుకనుండు నది సరస్వతి. అది నాలుకవరకు వ్యాపించియున్నది. దీనికి దేవత విరాట్టు.

6 ఇడానాడికి ముందుగా నుండు హస్తి (జిహ్వ) ఎడమకాలి పెద్దవ్రేలువరకు వ్యాపించియున్నది. దీనికి దేవత వరుణుడు.

7 ఇడానాడికి వెనుకనుండు గాంధారి ఎడమనేత్రమువరకు వ్యాపించియున్నది. దీనికి దేవత చంద్రుడు; లేక ఇంద్రుడు.

8 పింగళకు ముందుగా నుండు అశ్వని కుడికాలు పెద్దవ్రేలి వరకు వ్యాపించియున్నది. దీనికి దేవత సూర్యుడు; లేక బ్రహ్మ యని చెప్పబడును.

9 పింగళకు వెనుక నుండునది పూష కుడినేత్రమువరకు వ్యాపించియున్నది. దీనికి దేవత ఈశ్వరుడు.

10 హస్తి (జిహ్వ) కుహు అనెడి రెండునాడుల నడుమను విశ్వోధర యను నాడి ముఖమువరకు వ్యాపించియున్నది. దీనికి దేవత అగ్ని.

11 అశ్విని కుహు అనెడి రెండునాడుల నడుమను వరుణ యను నాడి క్రిందుమీదుగా శరీరమాద్యంతము వ్యాపించియున్నది. దీనికి దేవత వాయువు.

12 పూష, సరస్వతి యనెడి రెండునాడులనడుమన అశ్వని యను నాడి కుడిచెవివరకు వ్యాపించియున్నది. దీనికి దేవత ప్రజాపతి.

13 గాంధారి, సరస్వతి యను రెండునాడుల నడుమను శంఖిని యనునాడి ఎడమచెవివరకు వ్యాపించియున్నది. దీనికి దేవత చంద్రుడు.

14 కంఠమధ్యమ్మునందు అలంబస యనెడి నాడి గుదమువరకు వ్యాపించియున్నది. దీనికి దేవత వరుణుడు లేక సూర్యుడు.

ఈనాడు లన్నియును కంఠమధ్యమునుండి అశ్వత్థపత్రము యొక్క నరములపోలె శాఖోపశాఖలుగా పోవుచున్నవి. అనగా వ్యాపించియున్నవి. సమస్తనాడులకును అధారభూతమైనది యును, శ్రేష్ఠమైనదియును సుషుమ్నానాడియని తెలియ వలయును.

శ్లో॥ నానానాడీ ప్రసవకం సర్వభూతాంత రాత్మని,
ఊర్ధ్వమూల మధశ్శాఖ వాయుమార్గేణ సర్వగమ్ ॥

(21) తా॥ ఈసుషుమ్నానాడి, సమస్తప్రాణులయొక్క హృదయః మలములయందు అంతరాత్మయై సమస్తనాడులకు ఉత్పత్తిస్థానమై దేవ మనుష్య తిర్యగాది అధశ్శాఖలుగలదై ప్రాణాది వాయుమార్గములచేత సర్వమును వ్యాపించి సమస్తజగత్తునకు కారణభూతమై సర్వము తానై యున్నది. ఎట్లనగా ?

—: అశ్వత్థ వృక్షము :—

గీత.9.అ. 11-12. శ్లోకములలో దేహేంద్రియా దులు, మనస్సు బుద్ధి, రాగద్వేషములు మొదలగు గుణ ములవలన సుఖదుఃఖములు గలుగుచుండునని చెప్పి యుంటినిగదా ! ఈప్రకృతి జీవునకు సుఖమును జూపించి ఇంద్రియాదులవలన కార్యములు చేయించి ప్రమాదము, నిద్రాలస్యములు గల్పించి జీవుని బంధించుచున్నదని తెలిసి

ధ్యానయోగముచేత నేను జెప్పినట్లు ప్రవర్తించినచో పరికృతిబంధములను తొలిగించుకొని పరబ్రహ్మస్వరూపమును అనగా మోక్షము బొందవచ్చును. కావున యీ అశ్వత్థ



15 అ|| 1 శ్లో|| అశ్వత్థ వృక్షము. (సంసారవృక్షము) 50

వృక్షము లేక సంసారవృక్షము మోక్షమునకుబోవు మార్గమునకు అడ్డముగా నున్నది. కాన అట్టి వృక్షముయొక్క

విషయములను విశదముగా చెప్పుచున్నాను వినుము. (సందర్శనము చిత్రపటమును జూడుడు.)

మూలప్రకృతి అను మాయయే వేరుగా పుట్టి యీ వేరు స్థిరముగా జేసికొని క్రమక్రమముగా విస్తరించి పెరుగుచున్నది. అలాగుననే బుద్ధికూడ వేరుగాపుట్టి యీవే రును గట్టిపరచి క్రమక్రమముగా పెరుగుచున్నది. కావున యీబుద్ధిని ఒకవృక్షమని చెప్పవచ్చును. ఎట్లనగా ఒకవృక్ష మునుండి విస్తారముగా కొమ్మలు రెమ్మలు పెరిగినట్లు యీ బుద్ధినుండి సమస్త వికారములు బుట్టుచుండును. కాన ఈబుద్ధికి వృక్షమని చెప్పబడినది. ఈ అశ్వత్థవృక్షమునకు నేత్రేంద్రియాది నవరంధ్రములే తొఱ్ఱలుగాను, మదహంకా రాదులే పెద్దపెద్ద కొమ్మలుగాను, శబ్దాదివిషయములే చిగు రులుగాను, ధర్మాధర్మములు పుష్పములుగాను, ఆకులు వేదశాస్త్రములుగాను, సుఖదుఃఖములు పండ్లుగాను తెలియుము.

ఈ వృక్షము పక్షులకు ఆశ్రయముగా నుండునట్లు సమస్తప్రాణులకు జీవనాధారమైనది. కావున ఇది చిర కాలమునకు బ్రహ్మజ్ఞానము గలిగినపిమ్మట యీవృక్షము నశించును. బహుపురాతనమైనది గనుక బ్రహ్మమే యధి ష్ఠానముగా గనబడు యీ జగద్వృక్షము పరమాత్మకు విహరించుటకు స్థానముగా నున్నది. అనగా ఆ పరబ్రహ్మ

స్వరూపమైన ఆత్మయే అవిద్యవలన సంసారత్వమును అనుభవించుచున్నాడని అర్థము. కావున అహంబ్రహ్మాస్మి యనెడు (అసంగశస్త్రమను) లేక దృఢజ్ఞాన మను కత్తి చేత ఛేదించువాడు ప్రతిబంధము లన్నియు తొలిగిపోయి కేవల ఆత్మస్వరూపుడై మరల సంసారబంధములు గలుగుటకు వీలులేని కైవల్యపదవిని జెందును.

మరియును, అట్టి సంసారవృక్షముయొక్క సంగతి బాగుగా దెలిసినవాడే వేదవేదాంతార్థములను దెలిసినవాడగుచున్నాడు. ఎట్లనగా సచ్చిదానందపరబ్రహ్మ మనెడి మూలము అనగా వేరుగల సంసారవృక్షమునకంటె తెలియదగినది మరొకటి లేదు. కావున సంసారవృక్షమునకు మూలకారణము పరబ్రహ్మము. ఆ పరబ్రహ్మతత్వమును బాగుగా తెలిసికొని ఆత్మానుసంధానము చేయుచుండినచో, యీ వృక్షము సమూలముగా నశించును. ఈవృక్షము నశించుటే మోక్షము అని తెలియుము.

శ్లో॥ ద్విసప్తతి సహస్రాణి నాడ్యస్స్యు ర్వాయుగోచరాః
కర్మమార్గేణ సుషిరాస్తిర్యఞ్చ సుషిరాత్మకాః ॥

శ్లో॥ తతశ్చోర్ధ్వ గతానాంతు నవద్వారాణి శోధయన్
వాయునా సహజీవోర్ధ్వ జ్ఞానీమోక్ష మవాప్నుయాత్ ॥

(22-23) తా. ఈ శరీరమునందు వాయుసంచారమున కనుకూలములైన డెబ్బదిరెండువేల నాడులు ఊర్ధ్వాధోముఖములై వ్యాపించి అనగా శరీరమాద్యంతము వ్యాపించియున్నవి. ఈ నాడులు పునర్జన్మకారణములగు

కర్మమార్గములకు కారణములైన రంధ్రములుగా నున్నవి. ఈ రంధ్రములే కర్మస్వరూపములుగా నున్నవని తెలియవలయును. మరియును,

ఈ నాడులయొక్క సమస్తద్వారములను మొదటి అధ్యాయము 9. శ్లోకమునందు చెప్పినప్రకారము రేచక పూరక కుంభకాదులచే ప్రాణాయామాభ్యాసమువలన స్వరూపములుగాగల రంధ్రములను ఏ యోగి అడ్డగించుచున్నాడో, అట్టియోగి మొదటి అధ్యాయము 12 వ శ్లోకమునందుచెప్పిన ప్రకారము ప్రత్యాహార ధారణ ధ్యానసమాధులచే సుషుమ్నాంతర్గతముగా నుండు ప్రాణవాయువుతో గూడి అపరోక్షజ్ఞానము గలవాడై, బ్రహ్మైక్యమును పొందును కావున మరల ప్రత్యాహార ధారణ ధ్యానసమాధుల భేదములను విశదముగా చెప్పుచున్నాను వినుము.

-. ప్రత్యాహార ధారణ ధ్యాన సమాధి భేదములు :-

ఇంతవరకు చెప్పబడిన వాక్యములవలన శబ్దాదివిషయమైన ఉద్యానవనమునందు సంచరించునట్టి మనస్సును అడ్డగించుటకు మొదటి అధ్యాయము 46. శ్లోకమునందు చెప్పినప్రకారము నాదానుసంధానమువలన మనస్సును, ప్రాణమును యీరెండును అంతరాత్మయగు జ్యోతిస్వరూపమునందు లయమొందుటకు కారణములై యున్నవి. మరియును,

-: ప్రత్యాహార భేదములు :-

1 స్వభావముగా విషయములయందు పోవునట్టి ఇంద్రియములను బలాత్కారముగా మళ్ళించుట ప్రత్యాహారము.

2 దేనిని చూచుచున్నామో దాని నంతయు బ్రహ్మమని భావించుట ప్రత్యాహారము.

3 నిత్యకర్మములు చేయుచున్నను ఫలము కోరకుండుట ప్రత్యాహారము.

4 మరణపర్యంతము తాను చేయుకర్మములు నిష్కామభావనతో శుద్ధాశుద్ధములని బ్రహ్మార్పణము చేయుట ప్రత్యాహారము.

5 వాయువును ఒకస్థానమునుండి మరియొకస్థానమునకు నిరోధించుట ప్రత్యాహారము.

6 సిద్ధాసనస్థుడై చలనము లేనివాడై నాసికద్వారములచేత వాయువును రేచకపూరకములచే పూరించవలయును. అనగా సహస్రారమునందు కుంభించుట ప్రత్యాహారము.

7 సకలవిషయములయందును విరక్తి గలిగియుండుట ప్రత్యాహార మనబడును.

8 యోగి తనయొక్క బుద్ధిని గ్రహించి సమచిత్తము గలవాడై నిర్ద్వంద్వము నిర్వికల్పము నైన ఆత్మయందు నిల్పుట ప్రత్యాహార మనబడును. మరియును నాదానుసంధానమువలన ధారణాభేదములను చెప్పుచున్నానువినుము.

—: ధా ర ణా భే ద ము లు :—

1 నాదానుసంధానము చేయుటవలన క్షణక్షణమును విషయమును గ్రహించుటవలన చపలస్థితిని విడిచి స్థిరత్వము జెందిన మనస్సు రెక్కలువిరిగిన పక్షివలె మిగుల స్థిరత్వమును జెందుచున్నది. ఇట్లు జేయుట ధారణ యగును.

2 ప్రాణాయామముచేత వాయువును కుంభించి, ఇంద్రియములను వశపరచుకొని, తదనంతరము సగుణము లేక నిర్గుణ

బ్రహ్మమునందు చిత్తము స్థిరము చేయుట ధారణ యన బడును.

3 భ్రూమధ్యము మొదలు శిరస్సువరకును వర్తులాకారమును, ధూమ్రకాంతియును అయిన "అ"కార బీజముగల ఆకాశము నందు వాయువును ఆరోపించి సర్వలక్షణములతోను సగుణ రూపముతోను గూడిన వ్యోమస్వరూప సదాశివుని ధ్యానించుచు అయిదుఘడియలు ధారణ చేయుటవలన సర్వాధారశక్తితో గూడి ఎచ్చటనున్నను సుఖము ననుభవింపవచ్చును. అట్లు సాధించుట ధారణ యనబడును.

4 దేహమునందు సర్వమును జరిపించునట్టి బోధానందస్వరూప మైన శివమును పొందిన బుద్ధిమంతుని సకలపాపములను నశించును. కాన ఎల్లప్పుడును ధారణ చేయవలయును.

5 భ్రాంతిస్వరూపములైన సకలకార్యములను, ఆయాకార్య ములయందు లీనము జేసి సర్వకారణమైన అవ్యక్తమును తెలియజేయదగిన అచేతనపదమును, ప్రణవస్వరూపమై సాక్షాత్ పరబ్రహ్మస్వరూపమైన ఆత్మయందు ధారణము చేయ వలయును.

6 స్వయంజ్యోతిస్వరూపమైన ఆత్మయందు ఇంద్రియములను, మనస్సును లయింపజేయుట ధారణ యనబడును. మరి యును నాదానుసంధానమువలన గలుగు ధ్యానలక్షణములను వినుము.

—: ధ్యా న భే ద ము లు :—

1 యోగసామ్రాజ్యమును కోరువారు బాహ్యాభ్యంతర స్వరూపము లైన సకలవిషయములయొక్క చింతలను విడిచి ఏకాగ్రమైన

చిత్తము (మనస్సుచేత) నాదమును వాత్మమే వినుచుండ వలయును అనగా అనుష్ఠింపవలయును. ముందు చెప్పిన ప్రకారము సకలగుణములతో కూడిన స్వరూపమునందు మనస్సును ఏకాగ్రస్థితి గలుగునట్లు ధారణ చేసినప్పుడు దాని కన్యమైన విషయములయందు మనస్సును ప్రవేశింపనీయ కుండుట ధ్యాన మనబడును.

2 సత్యస్వరూపుడును, పరబ్రహ్మస్వరూపుడును, సకలసంసార బంధములను నశింపజేయువాడును, విశ్వరూపుడును అయిన మహేశ్వరుడు నే నని అదరముతో ధ్యానించుట.

3 అచల మైనదియును, నిత్యమైనదియును, ఆదిమధ్యాంత ములు లేనిదియును, ఆకాశము కానిదియును, స్పృశించు టకు సాధ్యము కానిదియును, కర్మచక్షువులచే చూడ శక్యము కానిదియును, అప్రమేయ మైనదియును, అనంత మైనది యును, ఆత్మస్వరూపమును అయిన బ్రహ్మమును నే నని ముక్తినిమిత్తము ధ్యానింపవలయును. అనగా, ఏఏస్వరూపము ఎట్లెట్లు తోచినను ఆత్మస్వరూప మని పరమాద్వైతభావముగా భావించవలయును. సకలభూతములయందును సమదృష్టితో భావించవలయు నని అర్థము. ఇది ధ్యాన మనబడును.

4 ఇచ్చట మూర్తిధ్యాన మనెడి సగుణము ఆత్మ యథార్థస్థితి యను నిర్గుణము, ఈ రెండువిధముల చెప్పినది ఎందుకనగా, మనోస్థిరత్వము కలుగుటకొరకు ప్రథమమున స్థూలాకృతిని విశేషముగా చింతింపవలయును. ఆ స్థూలాకృతియందు స్థిర పడినమనస్సు తానుగా సూక్ష్మమునందు నెలకొనును. కావున

మొదట సగుణధ్యానము అభ్యసించుటవలన తర్వాత క్రమముగా నిర్గుణధ్యానము అభ్యసించుట మహా సులభ మగును. కావుననే మొదట సగుణమును, తర్వాత నిర్గుణమును అభ్యసింపవలయు ననియే నాదానుసంధానమున విశేషముగా చెప్పబడినది. మరియును సమాధిలక్షణములను చెప్పుచున్నాను వినుము.

—: స మా ధి ల క్ష ణ ము :—

1 హృదయాంతరంగమందు చంచలత నొందునట్టి మన స్సనెడు "జింకను" కట్టుటకు ఈ నాదము సాధనముగా నున్నది. అనగా, యీ నాదము మనోచంచలతను నాశముజేసి తన స్వరూపముగా జేసికొనును. మన స్సనెడు జింకను జంపుటకు యీ నాదము వేటకానివలె నున్నది. అనగా వలలో చిక్కిన మృగమును వేటకాడు చంపునట్లుగా నాదము తనయందాసక్తమైన మనస్సును చంపుచున్నది. (లయింపజేసికొనుచున్నది.)

2 "నాదము" యోగియొక్క అంతరంగమైన మనస్సు అను గుఱ్ఱమునకు ఎదుట పడవైచిన గొప్పమొద్దువలె నున్నది. అనగా, గుఱ్ఱమును పరుగెత్తిపోనియ్యక ఎదురుగా వైచియుండు పెద్దమొద్దువలె లేక ఇనుపసలాకులవలె "నాదము" అంతఃకరణమును బైటకు పోనీక అడ్డగించుచున్నది. కావున యోగి యైనవాడు ప్రతిదినమును అచరింపవలయును.

3 చంచలత్వమును జెందెడి మనస్సు అను పాదరసమును నాద మనెడి గంధకముచే కట్టుబడి దానిచేతనే అనేకవిష

యాకారవృత్తులను చంచలత్వమును విడిచి నిరాలంబబ్రహ్మ అనెడి చిదాకాశమునందు బ్రహ్మస్వరూపమునే పొందుచున్నది. మరియును పాదరసము గంధకముచే కట్టుపడి గుళికరూపై తనస్వభావమగు చంచలత్వము నివర్తి యైనట్లు నాదమువలన కట్టుబడిన చంచలస్వభావము గల మనస్సును తదాకారమైన సచ్చిదానందపరబ్రహ్మస్వరూపమును పొందునట్లు చేయుచున్నది.

4 నాదశ్రవణము చేయుటవలన అనగా నాదమునే చింతించుటవలన శీఘ్రముగా మనస్సనెడి సర్పము సర్వమును మరచి ఏ విషయములయందును పరుగెత్తక ఏకాగ్రముగా నుండును. అనగా దానియొక్క నామరూపములు లేని స్వరూపములు లేని స్వరూపధ్యాన మేదియో, అదియే మనస్సుయొక్క ధ్యానముచేత వస్తుమాత్రముగా ప్రకాశించుటే సమాధి యనబడును.

5 త్రిపుటిరహిత పరమానందస్వరూపము శుద్ధచైతన్యస్వరూపము అనగా జీవాత్మ పరమాత్మలయొక్క ఐక్యావస్థయే సమాధి యనబడును.

6 ధ్యానించువాడు, ధ్యానము అను నీ రెంటిని విడిచి గాలిలేని స్థలమందున్న దీపమువలె ధ్యానింపబడు వస్తువునందే మనస్సును లయింపజేయుట సమాధ యనబడును.

7 "నేనే పరబ్రహ్మము, పరబ్రహ్మమే నేను, నాకునుఆత్మకును పరబ్రహ్మమునకును భేదము లే"దని సర్వవృత్తులను నశింపజేసికొనుటయే సమాధి యనబడును.

8 ప్రతిభాశూన్యము మనశ్శూన్యము బుద్ధిశూన్యము నిరామయము సర్వశూన్యము అయిన నిరాభాసము సమాధి యనబడును.

9 నేను చక్కగా ధ్యానము చేయుచున్నా నను తలంపుకూడ, మఱచుట సమాధి యనబడును.

శ్లో॥ అమరావతీ తు నాసాగ్రే పూర్వస్యాం దిశివర్తతే,
అగ్నిలోక స్తథా జ్ఞేయ శ్చక్షు స్తేజోవతీపురీ ॥ 24

(24) తా॥ కుండలిశక్తిని సర్వజగత్తునకు ఆధారమై యుండుట వలన ఆ సుషుమ్నయందు, ఇంద్రపురము మొదలగు స్వర్గాదు లన్నియు నివసించి యున్నవి. ఎట్లనగా, ఆ సుషుమ్నానాడికి తూర్పుదిక్కున ఇంద్రాది దేవతలు నివసించు అమరావతి అను ఇంద్రలోక మున్నది. దక్షిణనేత్రమున అగ్నిదేవత యను అగ్నిమండలమున్నది.

శ్లో॥ మయ్యాండయమనీ శ్రోత్రే యమలోకః ప్రతిష్ఠితః
నైరుత్యా మథ తత్పార్శ్వే నైఋతోలోక ఆశ్రితః ॥

శ్లో॥ విభావతీ ప్రతీచ్యాం తు పృష్ఠే వారుణికాపురీ
వాయోర్గంధవతీ కర్ణపార్శ్వేలోకః ప్రతిష్ఠితః ॥ ౨౬

శ్లో॥ సౌమ్యే పుష్పవతీ సౌమ్యా సోమలోకస్తు కంఠతః
వామకర్ణేతు విజ్ఞేయో దేహమాశ్రిత్య తిష్ఠతి ॥ ౨౭

శ్లో॥ వామేచక్షుషి ఈశానీ శివమస్తి మనోన్మయం
మూర్ధ్ని బ్రహ్మపురీ జ్ఞేయో బ్రహ్మాండదేహ మాశ్రి
తమ్ ॥ ౨౮

(25-28) తా॥ దక్షిణకర్ణమునందు యమదిక్కున సంయమీ అను పట్టణము కలదు. ఎడమకర్ణమునందు నైఋతిదిక్కున నైఋతి అను పట్ట

ణము కలదు. పడమటిదిక్కున విభావతి యను వరుణపట్టణము కలదు. వామకర్ణసమీపమునందు గంధవతి యను వాయుపట్టణము కలదు. ఉత్తర దిక్కున కంఠము మొదలు వామకర్ణము వరకు దేహమునకు ఆశ్రయముగా సోమలోకము పుష్పవతి యను కుబేరపట్టణము కలదు. వామనేత్రము నందు మనోన్మని యను పేరుకల శివలోక మున్నది. కావున శిరస్సు పర బ్రహ్మమునకు స్థానమైనది. ఆ బ్రహ్మము సమస్త జగజ్జాలమునకు కారణ మైన దేహమునకు ఆశ్రయస్థానముగ నున్నదని తెలియుము.

శ్లో॥ పాదా దధశ్శివోఽనంతః కాలాగ్నిః ప్రళయాత్మకః
అనామయ మధశ్చోర్ధ్వం మధ్యమంతు బహిశ్శ్రితమ్॥

(29) తా॥ పాదములక్రింద సర్వభూతాంతర్యామి ఆత్మస్వరూపము గల అనంతుడను శివము గలదు. ఆ శివమే ప్రళయకాలమందు స్వయం జ్యోతిస్స్వరూపుడగు కాలాగ్నిరుద్రుడు. స్వర్గమర్త్యపాతాళలోకములయం దును సర్వస్థలములయందును శుద్ధనిర్గుణ నిరంజన మంగళస్వరూపమగు శివము సర్వమును వ్యాపించి బ్రహ్మస్వరూపముగా నున్నది.

శ్లో॥ అధఃపదోఽతలం విద్యాత్పాదే చ వితలం విదుః
నితలం పాదసంధౌ చ సుతలం జంఘ ముచ్యతే ॥

శ్లో॥ మహాతలం చ జానుస్స్యా దూరదేశే రసాతలం
కటిస్థలాతలం ప్రోక్తం సప్తపాతాళ సంజ్ఞయా॥ ౩౧

(30-31) తా॥ నేను విరాట్పురుషుడను. నాయందే సకల చరాచరా త్మకమగు జగత్తున్నది. నాకంటె వేరు పదార్థము లేదు పాదములక్రింద పాతాళము, పాదము రసాతలము. పాదముపైభాగము మహాతలము. మోకాలి దిగువభాగము తలాతలము. మోకాలు సుతలము. తొడలు వితలము. జఘన మతలము. ఇవి సప్తపాతాళలోకములు అనబడును.

శ్లో॥ కాలాగ్ని నరకం ఘోరం మహాపాతాళ సంజ్ఞయా
పాతాళం నాభ్యధోభాగే భోగీంద్ర ఫణిమండలం
వేష్టిత స్సర్వతోనంత స్సంభిభ్రజ్జీవ సంజ్ఞకః ॥ 32

(32) తా॥ మరియును, ప్రళయకాలమందు మహాభయంకరమైన కాలాగ్నివలె దుఃఖములను గలిగించునట్టి నాభికి క్రిందిభాగమునందు పాతాళలోకమునందు జీవుడను నామము కల యనంతుని అనేకపడగలతో గూడిన ఆదిశేషుడను కుండలినీశక్తి అంతటను చుట్టుకొని ఆవరించి యున్నది.

శ్లో॥ భూలోకో నాభిదేశస్తు భువర్లోకస్తు కుక్షితః
హృదయం సర్వలోకస్తు స ర్యాదిగ్రహ తారకాః ॥

శ్లో॥ సూర్యస్సోమస్సనక్షత్రో బుధశ్శుక్రః కుజోంగిరాః
మందశ్చ సప్తమోజ్ఞేయో ధ్రువోంత స్స్వర్గలోకతః ॥

(33-34) తా॥ నాభిదేశము భూలోకము భువర్లోకములు. హృదయము స్వర్గలోకము. అట్టి స్వర్గలోకమునందు అశ్విన్యాది నక్షత్రములు సూర్యుడు చంద్రుడు నక్షత్రములతో గూడియుండు బుధుడు సూర్యాదినవగ్రహములు శుక్రుడు బృహస్పతి ఏడవవాడగు శని అనునట్టి నవగ్రహములున్ను, యీ లోకముదిక్కు అంత్యమందు ధ్రువలోకమున్ను కలదు.

శ్లో॥ హృదయే చ మహర్లోకో జనోలోకం తు కంఠతః
తపోలోకో భ్రువోర్మధ్యే మూర్ధ్నిసత్యం ప్రతిష్ఠితమ్॥

శ్లో॥ హృదయేకల్పయే ద్యోగీ తస్మిన్ స్సర్వసుఖం లభేత్॥

శ్లో॥ ఏవం బ్రహ్మాండనిలయం తస్మిన్ దేహే ప్రతిష్ఠితమ్॥

(35-37) తా॥ నాభి భువర్లోకము, హృదయము సువర్లోకము, కంఠము మహర్లోకము, నయనము జనోలోకము, కనుబొమలనడుమ (లలాటము) తపోలోకము, మూర్ధ్ని (శిఖా) సత్యలోకము ఈ విధముగా పదునాలుగులోకములు సమస్తబ్రహ్మాండమును ఈ దేహమందే కలదని బాహ్యప్రపంచమునకు అంతరప్రపంచమునకు కారణభూతుడగు నేనే విరాట్పురుషుడని యే యోగి తెలిసికొని స్థిరచిత్తుడై యుండునో అట్టియోగి సర్వసుఖములను పొందుచున్నాడు. మరియును, యీ సమస్తలోకములు ఎట్లు లయమగుచున్నదనగా,

-: సమస్తము లయమొందుట :-

శ్లో॥ బ్రహ్మాండరూపిణీ పృథ్వీతోయమధ్యే విలీయతే
అగ్నినాసీయతేతోయం వాయునా గ్రస్యతేఽనలః ॥

శ్లో॥ ఆకాశం తు పిబేద్వాయుం మనస్యాకాశమేవ చ
బుధ్యాహంకార చిత్తే చ క్షేత్రజ్ఞః పరమాత్మని ॥

శ్లో॥ తుర్యం చ తుర్యాతీతం చ శివస్థాన మనామయం
గ్రసేత్సమస్తమాత్మేతి ధ్యాయం శ్చ పరమాం గతిమ్॥

(38-40) తా॥ బ్రహ్మాండస్వరూపముతో గూడిన పృథివి ఉదకమందు లీనమగుచున్నది. ఉదకము అగ్నియందు లీనమగుచున్నది. అగ్ని వాయువునందు లీనమగుచున్నది. వాయువు ఆకాశమునందు లీనమగుచున్నది. ఆకాశము మనస్సునందు లీనమగుచున్నది. మనస్సు బుద్ధియందు లీనమగుచున్నది. బుద్ధి అహంకారమందు లీనమగుచున్నది. అహంకారము చిత్తమందు లీనమగుచున్నది. చిత్తము జీవాత్మయగు క్షేత్రజ్ఞునియందు లయమగుచున్నది. క్షేత్రజ్ఞుడు పరమాత్మయందు లీనమగును. పరమాత్మ

తుర్యమందు లీనమగుచున్నాడు. తుర్యము నిరామయమైన తుర్యాతీతము నందు లయమగుచున్నది. అనగా,

—: సర్వమును శూన్యము :—

పంచమహాభూతములతో సంబంధించిన యీ శరీరము కాష్టంబున అగ్నిపుట్టి కాష్టంబును కాల్చి బయలైనట్లును, సముద్రమున తరంగంబులు బుట్టి సముద్రమున కలిసినట్లును, ఆకాశంబున విద్యుల్లేఖబుట్టి ఆకాశంబున లీన మైనట్లును, యీ పృథ్వీ మయశరీరము పృథివియందు బుట్టిన స్థూలాంగము పృథివియందు లీనమయ్యెను. జలమునందు జలాంశమైన మనస్సు జలమందే లీనమయ్యెను. అగ్నిఅంశమందు బుట్టిన అహంకారము అగ్నియందు లీనమయ్యెను. వాయువాంశముతో బుట్టిన ప్రాణము వాయువందే లీనమయ్యెను. ఆలాగుననే నాద బిందుకళాత్మకమగు జ్యోతిర్మయంబు నిరామయమైన బ్రహ్మము నందు బుట్టి, నిరామయమైన బ్రహ్మమందే లీనమయ్యెను. అనగా, సర్వము శూన్యంబేయని నేను అను పదార్థముకూడ శూన్యమేయని నిర్వికల్పసమాధియందు నున్నవాడు సర్వోత్తమ మైన బ్రహ్మమే యగుచున్నాడు.

శ్లో॥ అహంబ్రహ్మేతి యంధ్యాయే దేకాగ్రి మనసాసకృత్
సర్వంతరతి పాప్మానం కల్పకోటి శతైఃకృతమ్ ॥

(41) తా॥ ఈ అధ్యాయము 22-23 శ్లోకములయందు చెప్పిన ప్రకారము ఎనమ ప్రత్యాహార ధారణ ధ్యానసమాధుల భేదములను తెలిసికొని (అహంబ్రహ్మాస్మి) యను వాక్యానుసారముగా, నేనే బ్రహ్మము. బ్రహ్మము నేనే యని స్వయంజ్యోతిస్వరూపమైన ఆత్మయందు ఇంద్రియములను మనస్సును లయింపజేసి నిశ్చలముతో ఆత్మధ్యానము చేయుయోగి అనేక

కల్పములయందు చేయబడిన సర్వపాపములను నశింపజేసికొనిన వాడగు చున్నాడు. అనగా అట్టివానికి సమస్తపాపములు నశించి ముక్తిని బొందు చున్నాడని అర్థము.

శ్లో॥ ఘటసంవృత మాకాశం లీయమానే యథాఘటే
లీయతే చ మహాకాశే తద్వజ్జీవో పరాత్మని ॥ ౪౨

శ్లో॥ ఘటాకాశ మివాత్మానం విలయం వేత్తితత్త్వతః
సగచ్ఛతి నిరాలంబం జ్ఞానలోకం నసంశయః ॥ ౪౩

(42-43) తా॥ వివేకవంతుడగు పురుషుడు శాస్త్రయుక్తిచేతను గురు వానుగ్రహమువలన స్వానుభవమును పొందినవాడై ఆత్మానాత్మ విచారణచే విమర్శించెనేని దేహాభిమానమును సంపూర్ణముగా వదలును (అనగా తనకు సదృశ్యములగు అహంకార మమకారాదులే దేహమునకు స్వరూపములుగా నున్నవి.) కావున, యీ దేహమునకును ఆత్మస్వరూపుడగు నాకును ఏ సం బంధమునులేదు. (అని స్పష్టముగ తెలిసి దేహాభిమానమును వదలు చున్నాడు.) అట్టి మహాత్ముడు ఘటమునందు లీనమైయున్న ఆకాశము మహా కాశమునందు ఏవిధముగా లీనమగుచున్నదో, అలాగుననే అట్టిమహాత్ముడు సర్వోత్కృష్టంబైన జ్ఞానస్వరూపముగల బ్రహ్మముతో ఐక్యమును పొందు చున్నాడు. అనగా బ్రహ్మస్వరూపమే తానగుచున్నాడు.

ఇట్లు ఎవరు ఘటాకాశము మహాకాశమునందు లీనమైనట్లు ఆత్మ పరమాత్మయం దైక్యము పొందుచున్నాడని యథార్థముగా తెలిసికొను చున్నాడో, అట్టివాడు నిరాలంబము అనగా సచ్చిదానందపరబ్రహ్మమును పొందుచున్నాడనుటకు సంశయములేదు.

శ్లో॥ అధీత్య చతురో వేదా న్ధర్మశాస్త్రాణి మానవః
యోవై బ్రహ్మ నజానాతి దర్వీపాకరసం యథా ॥

(44) తా॥ లోకమునందు ఏ మానవుడు నాలుగు వేదములు సకల శాస్త్రములు చదివి వాటియందు చెప్పబడిన ధర్మమార్గములను శాస్త్రోక్త ప్రకారము తెలిసికొని తప్పితేగ ఆచరించనివాడై ఆత్మస్వరూపము తెలియని వాడు పాకరసమును తెలియని గరిటెవంటి వాడని తెలియవలయును. మరియు,

-: ఆత్మజ్ఞానములేని విద్వాంసులు నిష్ప్రయోజకులు :-

త్రిగుణాత్మకమైన నా మాయవలన మోహింపబడిన పండితులు, విద్వాంసులు, శాస్త్రజ్ఞులు, అఖండసచ్చిదానంద పరిపూర్ణ పరబ్రహ్మస్వరూపుడగు నన్ను ఆత్మస్వరూపునిగ తెలియక (అనగా స్వానుభవజ్ఞానములేక) మేము విద్వాంసులమనియు, శాస్త్రజ్ఞులమనియు, పండితులమనియు, జ్ఞానులమనియు, టక్కరివేషములను ధరించి, తమంతటతామే పొగుడుకొనుచు వారి విద్యాప్రావీణ్యను చెప్పుకొనుచు వారి ఉపన్యాసములవలన లోకులను భ్రమింపజేయుచు ఉదర పోషణకుగాను ఊరుఊరు, కేరికేరి, గ్రామగ్రామములు తిరుగుచు ద్రవ్యమును సంపాదించి జీవించుచున్నారు. అట్టివారు నిష్ప్రయోజకులు.

కఠోపనిషత్తుప్రకారము ఎవరు నేను బ్రహ్మము నేను ఆత్మజ్ఞానమును పొందినవాడను అని వాక్కుచే మాత్రము పలుకుచు వృథాకాలము గడుపువారును, శాస్త్రములుచదివి వాటి యొక్క అంతరార్థమును గ్రహించక స్వానుభవము లేక బాహ్యార్థమును మాత్రము తెలిసికొని మేము బ్రహ్మజ్ఞానులమని విర్రవీగుచుందురో, అట్టివారి వాక్యములు ఉపన్యాసములు విని నమ్మినవారు, గ్రుడ్డివానిని నమ్మి మరియొకగ్రుడ్డివాడు అగాధ

మైన నూతిలోబడి దుఃఖించునట్లు జన్మమరణ సాగరమునందు మునిగి దుఃఖించుచుందురు.

శ్లో॥ అనంతకర్మశౌచం చ జపయజ్ఞస్తథైవచ
తీర్థయాత్రానుగమనం యావత్తత్వం న విందతి ॥ 45

(45) తా॥ అనంతములైన కర్మములచేతను జపయజ్ఞములచేతను తీర్థయాత్రలచేతను ఎంతకష్టపడినను తత్వజ్ఞానముగలుగజాలదు. మరియును నానావిధశాస్త్రములను అభ్యసించినగాని, సంధ్యావందనాది సత్కర్మములు ఎన్నిజేసినగాని ఆత్మజ్ఞానము కలుగజాలదు కావున ఎవరు ఆత్మనాత్మ వివేకముకలవారై, (అనగా తత్వవివేకము) గలవారో అట్టివారు ఆత్మయే సత్యమగు పరబ్రహ్మయని యెరింగి ఆత్మానుసంధానముజేయుదురో అట్టివారికి ఆత్మజ్ఞానము గలుగుటకు సంశయములేదు.

శ్లో॥ గవా మనేకవర్ణానాం క్షీరస్యా ప్యేకవర్ణతా
క్షీరవద్భాతి విజ్ఞానం దేహేనాంచ గవాం యథా ॥ 46

శ్లో॥ తపేద్వర్ష సహస్రాణి ఏకపాదస్థితో నరః
ఏకస్య ధ్యానయోగస్య కళాం నార్హతిషోడశీమ్ ॥ 47

(46-47) తా॥ గోవులు నలుపు, ఎఱుపు, తెలుపు మొదలగు అనేక వర్ణములుగా యుండినను వానియొక్క క్షీరములన్నియు ఒకేవిధముగా నుండినట్లు పిపీలకాది బ్రహ్మపర్యంతము అనేకవిధములతోను, అనేక నామ రూపములుగల శరీరములయందుండు ఆత్మస్వరూప మొక్కటియే కాని వేరుకాదు.

—: అజ్ఞాన దోషము :—

ఈవిధముగా బ్రహ్మము ఏకరూపమై యుండినను చూచు వారికి భ్రాంతివలన బహువిధములుగా నున్నట్లు తోచుచున్నది.

వస్తువునకుమాత్రము భేదమెప్పుడును లేదు. ఒకవిధముగా యుండు వస్తువు అజ్ఞానదోషమువలన మరియొకవిధముగా దోచుట సహజమేకదా? లోకానుభవముగల ప్రతివాడును యీ విషయము బాగుగా నెరుగుదురు. ఎట్లన ఒక దూలమును జూచి పురుషుడని భ్రమించుట యనుభవములో నున్నదికదా? ఆ భ్రాంతికి చూచువాని బుద్ధియందలి దోషమే కాని, ఆ దూలమునందు ఏమార్పును లేదుగదా? ఇట్లే గ్రహించువారికి గల యజ్ఞానదోషమువలన పరబ్రహ్మమందు ఇది ప్రపంచము అను భ్రాంతిజ్ఞానము ఉత్పత్తి యగుచున్నది. కాని యథార్థముగా బ్రహ్మమున కేవికారమును లేదని తెలియువలెను. మరియును మానవుడు ఒంటికాలియందు నిలిచి అనేక వేల సంవత్సరములు తపస్సుచేసినను పరబ్రహ్మమే ఆత్మస్వరూపుడని తెలిసి సదా ఆత్మధ్యానము చేయువానియొక్క పదియారవ భాగమునకు సమానము కాదని తెలియుము.

శ్లో॥ బ్రహ్మహత్యా సహస్రాణి వీరహత్యాశతానిచ
ఏకేనధ్యాన యోగేన దహత్యాగ్ని వేంధనమ్ ॥ 48

శ్లో॥ అశ్వమేధసహస్రాణి వాజపేయ శతానిచ
ఏకస్యధ్యానయోగస్య కళాంనార్హతి షోడశీమ్ ॥ 49

(48-49) ఏ పురుషుడు ఇంద్రియనిగ్రహము కలవాడై నిర్మల చిత్తముతో ఏయొక్క భేదభావనలులేక సత్యజ్ఞానానందస్వరూపుడై, సర్వ వ్యాపకుడైన బ్రహ్మమే నేను అని నిశ్చయించుకొని తనలో నానందము నెందుచుండు మహాత్ముడు బ్రహ్మమయుడై యుండును. ఇట్టి ఆత్మధ్యాన

యోగము చేయుయోగి పూర్వజన్మములయందు అనేక బ్రహ్మహత్యలుగాని, అనేక జీవహత్యలుకాని చేసిన దోషములన్నియును బ్రహ్మజ్ఞానమను అగ్నిచే భస్మమగుచున్నదని తెలియుము.

మరియును వేలకొలది అశ్వమేధయాగములు చేసినను అనేకవేలు జపయజ్ఞములు జేసిననుకాని ఆత్మధ్యానముయొక్క పదునారవ భాగమున ఒక్కభాగమునకు సమానముకాదని తెలియుము.

శ్లో॥ చతుర్వేద ధరోవిప్రః సూక్ష్మబ్రహ్మ నవిందతి
వేదశాస్త్ర భరాక్రాంత స్సవై బ్రాహ్మణ గార్ధభః ॥

శ్లో॥ యథా ఖర శ్చందనభారవాహో
భారస్యవాహో న తు చందనస్య
ఏవంహి శాస్త్రాణి బహూన్యధీత్య
సారంనజానన్ ఖరవద్వహేత్సః ॥ ౫౧

(50-51) తా॥ చందనపు కట్టెలను మోయుచున్నగాడిద చందనముయొక్క సుగంధమును తెలిసికొనని విధముగ అనేక శాస్త్రములను చదివి ఇతరులు మెచ్చుకొనుటకై వాగ్ధోరణిగా మాట్లాడినను వానిసారమును తెలియనివాడు గాడిదతో సమానుడు. మరియును ఏ బ్రాహ్మణుడు నాలుగు వేదములను ధరించినవాడైనను సూక్ష్మమైన బ్రహ్మమును దెలిసికొనడో, అట్టి బ్రాహ్మణుడు వేదశాస్త్రములనియెడు భారమును గూడుకొన్న బ్రాహ్మణుడు గాడిదవంటి వాడనియు, మూఢుడనియు, మూర్ఖుడనియు చెప్పబడును.

—: మూఢు డెట్టివాడు :—

(మూఢో మూర్ఖో గార్ధభో ఏకరాశిః) నిరాలంబోపనిషత్తు. తా॥ తనదేహము తనజాతి తన యాశ్రమము

తానే చేయువాడు తానే అనుభవించువాడు అనునట్టి గుణములు గలవాడు అహంకార భావనగలవాడు మూఢుడు. మరియును మూర్ఖులని గూడ చెప్పబడును. సాధారణముగా చదివిన మూర్ఖులనియు, ఏమితెలియని మూర్ఖులనియు రెండువిధములుగా నుందురు. ఏమితెలియని మూర్ఖు లెవరనగా,

కేవలము ప్రపంచసుఖములయం దాసక్తి కలవారై మంచిచెడ్డలు న్యాయాన్యాయములు, సారాసారములు విచారింపక ఆత్మజ్ఞానమనగ నేమోయని కొంచమైనను తెలియనివారు పూర్తిగా అజ్ఞానదశయందుండు వారును, కన్నతల్లిని అనేక బాధలుపెట్టి ఆమె మనస్సును నొప్పించుట, ప్రేమతో పెంచిన తండ్రిని అనేక కష్టములు పెట్టుచు పరనిందపాలు చేయుట, తన కుటుంబములో సోదర సోదరీమణులను, బంధుజనములను వైరముతో త్రెంచుకొని భార్యకు లోబడి జీవితమును గడుపువాడును, ఆడుదానికి రహస్యములను తెలుపువాడును, కులకాంతను విడిచి పరస్త్రీలతో రమించువాడును, తన యిల్లు, వాకిలి తల్లి, తండ్రి, సోదర సోదరీమణులను విడిచి తనభార్యతో అత్తగారియింట వసించువాడును సర్వవిధములగు నుత్తమ పురుషుల సాంగత్యమువదలి వారితో వైరముపెచ్చుకొని పగసాధింప దలచువాడును, గొప్పవారితో తాను అన్ని

విధముల మీతో సమానుడనని దురభిమానముతో తుచ్ఛముగా నెంచువాడును, తన అశక్తిని తాను తెలియక తన కెంతయో శక్తిగలదని నెదుటివారిముందర తానే పొగడుకొనుటయు, కారణములేక పకపకనవ్వువాడును, పెద్దలు బోధించు హితోపదేశమును పెడచెవితో గ్రహించువాడును, సర్వజనులతోను ద్వేషముతో వర్తించువాడును, పెద్దలవద్ద తాను జ్ఞానవంతుడ ననిపించుట కేదియో వదరువాడును, ఉత్తమశీలురగు యోగ్యులను మోసముచేయువాడును, మర్యాదలేక గర్వముతో నిర్భయమున ప్రవర్తించువాడును. ఇంకను.

శ్లో॥ ఆహారనిద్రా భయ మైథునాని
సామాన్య మే తత్పశుభిర్నరాణాం
జ్ఞానంనరాణా మధికో విశేషో
జ్ఞానేనహీనః పశుభిస్సమానః ॥ ౫౨

(52) తా॥ మరియును, ఆహారము నిద్ర భయము సంభోగము విషయసుఖములు అనునవి పశువులు, గాడిదలకును, మానవులకును సమానమైన గుణములు. కాని, పశువులకంటె మనుష్యునియందు జ్ఞానమొక్కటి యధికముగ నున్నది. అట్టి జ్ఞానమే (బ్రహ్మజ్ఞానము) అది లేనియెడల మనుష్యుడుకూడ చతుష్పాద జంతువుతో సమానము, ద్విపాదజంతువని తెలియుము. (అనగా నరపశువు)

ఇంకను మూఢు డెట్లుండుననగా ఇంటివారలపై మాటిమాటికి జగడములు వేయుచుండుట, భార్యయందు విశ్వాసములేక చీటికిమాటికి కలహించుట, పండ్లుపటపట కొరుకుట, కోపమునువిడవకుండుట, సదా దుర్భాషలతో

దూషించుట, నౌకర్లయందు దయలేక ఎల్లప్పుడును నిందించుట, శాంతము లేకయుండుట, సదా పాపకార్యములు చేయుచుండుట, మనస్సునందు కపటచింతతో నుండుట వృథా ప్రసంగములు జేయుట, తనకే సామర్థ్యము లేకున్నను, నే నమర్థుడని విర్రవీగుట, నీచుడు, అసత్యవాది, మోసగాడు, వంచకుడు ద్రోహము తలచువాడు, నిరంతరము నిదురపోవువాడు, ఎల్లప్పుడు కోపముగలవాడు, దుష్టబుద్ధిగలవాడు, తన జీవితమును తాను సర్వవిధములచేతను వ్యర్థమును గావించుకొనువాడును, పెద్దవారియందు అలక్ష్యభావన జూపువాడు, ఎవరితోను నాకేమియని కావలసినది లేదని విర్రవీగువాడును, ఇతరుల దుఃఖమును జూచి సంతోషించువాడు, సంసారము నందలి దుఃఖములను సహింపక ఈశ్వరుని దూషించువాడును, పిశాచము, దయ లేక క్రూరముగా సంచరించువాడు, అసత్యముతో ధనము సంపాదించువాడు, సదా పీడనతో నుండువాడు మొదలగు గుణములుకలవారు మూఢులనియు, నరపశువులనియు చెప్పబడును.

శ్లో॥ అంహం బ్రహ్మేతి నియతం మోక్షేధ్యేయం మహాత్మభిః
ద్వేపదే బంధమోక్షాయ నిర్మ మేతి మమేతిచ
మమేతిబధ్యతే జంతుర్నమమేతి విముచ్యతే॥ ౫౩

(53) తా॥ తత్వజ్ఞానముగల మహాత్ములు, యోగులు ప్రతిదినమును సర్వకాల సర్వావస్థలయందును తప్పక "నేను బ్రహ్మము బ్రహ్మము నేను" అని ఆత్మానుసంధానము చేయవలయును. నాది యనుటచేత బంధము, (నరకము) గలుగుననియు, నాది కాదనుటచేత మోక్షము కలుగుననియు తెలియవలయును.

శ్లో॥ మనసోహ్యున్మనీ భావాత్ ద్వైతం నైవోపలభ్యతే
యదాయా త్యున్మనీభావం తదా తత్పరంపదమ్ ॥

(54) తా॥ మనస్సునకు ఆశ రాహిత్య మగుటవలన ద్వైతప్రపంచము కనబడదు. ఎప్పుడు ఆశరహితమగునో అప్పుడు స్వరూపానుభవస్థితి

గలుగును. ఎప్పుడు స్వరూపానుభవస్థితి గలుగునో, అప్పుడు మోక్షప్రాప్తి గలుగును. ఎట్లనగా,

—: స్వరూపానుభవబోధ :—

అనగా, సముద్రమునందు మునిగియుండు కుండకు దాని లోపలనున్న, వెలుపలనున్న జలము పరిపూర్ణముగా వ్యాపించి యుండునట్లు నీకు వెలుపలను, లోపలను నీ దేహమునందు, నీకు క్రిందను మీదను, నీకు ఇరుప్రక్కల యందును, నీకు అష్టదిక్కులయందును, ఇక్కడను, అక్కడను, సర్వత్ర పరబ్రహ్మమగు ఆత్మ పరిపూర్ణ ముగా వ్యాపించియున్నది. కాని, దానికి రెండవవస్తువు ఏది యునులేదు. అట్టి సర్వపరిపూర్ణపరబ్రహ్మమగు ఆత్మయే నీవగుచున్నావు. కావున, దానిని యెరింగి సదా తన్మయం బుగా నుండుము. మరియును,

రూపశూన్యమగు బయలునందుంచబడిన కుండ యందు లోపలను, వెలుపలను ఏమియులేక శూన్యముగా నుండునట్లు నీకు లోపలనుండు అంతరవృత్తులు అనగా సంకల్పవికల్పాదులు కామక్రోధాది వృత్తులున్ను నీయం దలి బాహ్యావృత్తులు అనగా, బాహ్యేంద్రియములగు జ్ఞానేంద్రియ కర్మేంద్రియ వ్యాపారములున్ను సకలమును శూన్యముగాజేసి తన్మయముగా నుండుము. మరియును,

1 గ్రాహ్యమనగా, గ్రహింపబడిన వస్తువు.

2 గ్రాహకమనగా, గ్రహించువస్తువున్ను నీవుగావు. కాన యీ రెంటిని నేననెడి తలంపును విడిచిపెట్టుము. శేషించినవస్తువే కేవల చైతన్యస్వరూపమగు ఆత్మయే నేనని తెలిసి తన్మయుడుగా నుండుము.

3 ద్రష్ట అనగా, జీవుడున్ను.

4 దర్శన మనగా, జీవసంబంధములగు అంతఃకరణమున్ను.

5 దృశ్యమనగా, దేహేంద్రియాది ప్రపంచమున్ను నీవుగావు. కావున, ఇవియన్నిటిని విడిచిపెట్టి వీటికి విలక్షణముగాను, సాక్షిగాను, స్వయంప్రకాశముగాను, అధిష్ఠానముగాయుండు పరబ్రహ్మమగు ఆత్మయే నేనని తెలిసి తన్మయుంబుగా నుండుము ఇట్లు సంకల్పము లన్నియు నశించి యెరుకమరుపులులేక చక్రాయుకీతిగా, అచంచలముగా, కేవల నిర్వికల్ప ప్రజ్ఞామాత్రముగా నుండు స్థితియే, జాగ్రదావస్థ నిద్రావస్థలను మీరినట్టి ఆత్మానుభవ స్థితియనియు, స్వానుభవ స్థితియనియు, బ్రహ్మసాక్షాత్కార స్థితియనియు, స్వరూపానుభవస్థితి యనియు చెప్పబడును. అట్టి స్వానుభవస్థితిని తెలిసి సదా తన్మయంబుగా నుండుము. ఇదియే పరమతత్వ రహస్యము. ఇదియేసకలవేదాంతసారమని తెలియుము.

శ్లో॥ హస్త్యామ్యుష్టి భిరాకాశం క్షుధార్తః ఖండయేత్త్వ్రిహం
నాహంబ్రహ్మేతి జానాతి తస్యముక్తి ర్నజాయతే ॥

(55) తా॥ ఎవరు వేదశాస్త్రము లన్నిటిని చక్కగా చదివియుండి నను పైనచెప్పినప్రకారము నేనే పరబ్రహ్మస్వరూపమని తెలియకయుం డునో అట్టివానికి ఆకలికొన్న మనుజుడు పిడికిళ్ళచేత ఆకాశమును పగల గొట్టినను ఆలితీరని విధముగ సకల వేదశాస్త్రములను కష్టపడి చదివి ఆత్మా నుభవజ్ఞానమును పొందనివానికి పాత్రశ్రమయేకాని ముక్తి ఎంతమాత్రము దొరకదని భావము.

ఇతి శ్రీమన్మహాభారతే అశ్వమేధపర్వణి
శ్రీభగవదుత్తరగీతాసూపనిషత్సు
బ్రహ్మవిద్యాయాం యోగశాస్త్రే
శ్రీకృష్ణార్జునసంవాదే
బ్రహ్మసందర్శనయోగోనామ
ద్వితీయోఽధ్యాయః
ఓం తత్సత్



ఓమ్

శ్రీకృష్ణపరమాత్మనే నమః



భగవదుత్తర గీతామృతము



తుర్యజ్ఞాన యోగము

మూడవ అధ్యాయము.

శ్లో॥ యోగి వ్యర్థక్రియాలాప పరిత్యాగేన శాంతధీః
తృతీయే శరణం యాతి హరిమేవేతి కీర్త్యతే ॥ ౧

(1) తా॥ ఎల్లప్పుడు ఆత్మానుసంధానమును జేయుచుండు యోగి వ్యర్థములైన కర్మము లాచరించక వ్యర్థమైన మాటలాడక సంకల్పవికల్పములులేని (అంతఃకరణశుద్ధి గలవాడై) శాంతచిత్తము గలవాడై, పరబ్రహ్మస్వరూపమును పొందుచున్నాడని యీ మూడవ అధ్యాయమునందు అర్జునునకు శ్రీకృష్ణభగవానుడు ఉపదేశించుచున్నాడు.

శ్రీభగవాన్ ఉవాచ.

శ్లో॥ అనంతశాస్త్రం బహువేదితవ్య
మల్పశ్చ కాలో బహవశ్చ విఘ్నాః

యత్సారభూతం తదుపాసితవ్యం
హంసో యథాక్షీర మివాంబు మిశ్రం ॥ ౨

(2) తా॥ అర్జునా! లోకమునందు శాస్త్రములు అనంతములుగా నున్నవి. ఆ శాస్త్రములయందు తెలియవగిన విషయములు అనేకములై యున్నవి. కాని మానవునికి జీవితకాలమో మిగుల స్వల్పమైయున్నది. అనేక విఘ్నములు గలుగుచున్నవి. కావున శాస్త్రముల నన్నిటిని చదివి వానిరహస్యములు తెలిసికొనుటకు సాధ్యము కాదు. కనుక ఉదకముతో గలిసియున్న క్షీరమునుమాత్రము గ్రహించి ఉదకమును విడిచిపెట్టునట్టి హంసవలె బుద్ధిమంతు డగువాడు వేదశాస్త్రసారమగు బ్రహ్మమును తెలిసికొని ఉపాసించవలయును. మరియును,

నానావిధ శాస్త్రములు చదువవలయు ననెడి భ్రాంతిని వదలి, తత్వ వివేకము చేసి ఆత్మయే సత్యమగు పరబ్రహ్మ మని తెలిసి ఆత్మానుసంధానము చేయవలయును. అట్లు లేక స్నాన సంధ్య జప తప హోమ నీమ యాగ తీర్థయాత్రాది సత్కర్మములు ఎన్ని జేసిననుకూడ తత్వజ్ఞానము గలుగజాలదు. అనగా ఆత్మానుభవము గలుగజాలదు.

శ్లో॥ పురాణం భారతం వేదశ్శాస్త్రాణి వివిధాని చ
పుత్ర దారాది సంసారో యోగభ్యాసస్య విఘ్నకృత్॥

(3) తా॥ శ్రద్ధాభక్తులతో నన్ను సులభముగ దర్శించునట్లు ఆత్మానుసంధానము చేయు యోగికి, వేదశాస్త్రపురాణములును పుత్ర దార గృహ క్షేత్రాదులు మొదలగు సంసారబంధములే యోగాభ్యాసమునకు విఘ్నములు గలుగజేయునవి. కావున మోక్షేచ్ఛగల ప్రతివారును, ప్రపంచవాంఛను క్రమక్రమముగ నశింపజేసికొని తుదకు శాస్త్రవాసనకాని, సంసారవాసనకాని, కొంచమైనను లేకుండునట్లు చేయవలయును. కాని బ్రహ్మము నెరుంగుటకు

ప్రయత్నము చేయనక్కరేయే లేదు. అనగా వేదశాస్త్రములభ్రాంతి, సంసార భ్రాంతి తొలిగినక్షణమే బ్రహ్మము స్వయముగ ప్రకాశించును.

మరియును, శాస్త్రవిచార మెంత జేసినను, ఎంతఅనుభవము సంపాదించినను వ్యవహారకాలమందు "నీవు, నేను, అది, ఇది," అను మొదలగు భావములు వదలుటలేదు. ఎందుకనగా. దీనికి మూలకారణము అజ్ఞానమే. కావున, ప్రయత్నముచే నా యజ్ఞానమును ధ్వంసము చేయవలయును. అప్పుడు సత్యజ్ఞానానంద స్వస్వరూపము సిద్ధించును. ఇందు కెంతమాత్రము సంశయములేదు.

శ్లో॥ ఇదం జ్ఞాన మిదం జ్ఞేయం తత్సర్వం జ్ఞాత మిచ్ఛతి
అపి వర్ష సహస్రాణి శాస్త్రాంతం నాధిగచ్ఛతి ॥

(4) తా॥ ఇరువదినాలుగు తత్వములతోగూడిన శరీర మను క్షేత్రము యొక్క తత్వమున్ను, అమానిత్వాది ఇరువదిలక్షణములతో గూడిన జ్ఞానమున్ను, యీ జ్ఞానమువలన తెలియబడగిన అంతర్యామిగా నుండు ఆత్మయే జ్ఞేయస్వరూప మనియు, చక్కగా తెలిసికొనుటకు ఎవడు ప్రయత్నించడో, అట్టివాడు వేయిసంవత్సరములు జీవించియున్నను శాస్త్రార్థమును తెలిసికొనజాలడు. మోక్షమును పొందుటకు అనర్హు డగుచున్నాడు.

శ్లో॥ విజ్ఞాయాక్షర తన్మాత్రం జీవితం చ చలాచలం
విహాయ శాస్త్రజాలాని యస్సత్యం తదుపాస్యతామ్॥

(5) అక్షర తన్మాత్ర బ్రహ్మమును తెలిసికొనవలయు ననగా, అక్షర మనగా క్షరము కానిది. గీతావచనప్రకారము "క్షరః సర్వాణి భూతాని కూటస్థో క్షరఉచ్యతే" అనగా చరాచరజగత్తంతయు క్షరమనియు, కూటస్థు డొక్కడే ఆత్మ యనియు, అక్షరు డనియు చెప్పబడును. క్షర మనగా భూర్భువాది సత్యలోకమువరకున్ను, అతల వితల పాతాళ లోకములు

ఆయా లోకములయందు గల శరీరోపాధులున్ను క్షరములే అనగా నశ్వ రములు. మరియును బ్రహ్మవిష్ణుమహేశ్వర్లున్ను, బ్రహ్మలోకము, వైకుం ఠము, కైలాసము యీ లోకములుకూడ క్షరములె యని తెలియవలయును. కావుననే, బ్రహ్మప్రళయము, విష్ణుప్రళయము, రుద్రప్రళయము అని శాస్త్రములయందు నతిగూఢంబై ప్రవర్తించునట్టి పరమాత్మను తెలుసుకొని ఆత్మైక్యానుసంధానము చేయవలయును.

శ్లో॥ పృథివ్యాం యాని భూతాని జిహ్వోపస్థ నిమిత్తకమ్
జిహ్వోపస్థ పరిత్యాగే పృథివ్యాం కిం ప్రయోజనం॥

(6) తా॥ ప్రపంచమునందు గల భూతము లన్నియును, జిహ్వో పస్థుల వలననే దుఃఖముల ననుభవించుటకు కారణమైనది. కావున యీశ్వర నియమమైన ధర్మమును నిర్వహించుట జీవులకర్తవ్యము గాన, బ్రహ్మనిష్ఠకు ప్రతిబంధము గలుగచేయునట్టి జిహ్వోపస్థలను పరిత్య జించి అట్టి ప్రతిబంధకములు గలుగజేయని ప్రదేశములలో నివసించి శుద్ధముగాను, నిర్మలముగాను, సాత్వికాహారమును మితముగా భుజించుచు వాక్కును, మనస్సును, శరీరమును స్వాధీనమునం దుంచుకొని సదా ఆత్మానుసంధానమునందు అధికప్రీతి గలవాడై సమస్త విషయవాసనల యందును వైరాగ్యము గలిగియుండువానికి యీ ప్రపంచమునందు కావ గిన కార్య మేదియును లేదు.

—: బిందువు అనగా శుక్లోత్పత్తి :—

(పురుషులకు శుక్లమనియు, స్త్రీలకు శుద్ధరక్త మనియు తెలియుడు.)

మహనీయులారా ! నూరుబిందువులరక్తముయొక్క పరిణామమే ఒక బిందువు శుక్లమై పరిణమించునని మహా

నీయులు తెలిపియున్నారు. ఇందువలన వీర్యము (శుక్లము) యొక్క మహిమ, బుద్ధిమంతులు తెలిసికొనవచ్చును. ఎట్లనగా,

శరీర మను పుష్పముతో జీవునియొక్క పరిపూర్ణ జ్ఞానము వృద్ధి యగుటకై "శుక్లము" యీశ్వరునిచే నిర్మింపబడినది. మనము భుజించెడు అన్నపానీయాదులు పదునైదు ఘడియలకు జఠరాగ్నివలన రసముగా మారును. యీ రసము సామాన్య రక్తమై పరిణమించుటకు ఒక పక్షము అనగా పదునైదురోజులు పట్టును. ఈ సామాన్య రక్తము శుద్ధరక్తమై మారుటకు ఇరువదిఏడురోజులు పట్టును. కనుకనే 27 నక్షత్రములు ఏర్పడుటకు కారణము. శుద్ధరక్తము మాంసమై మారుటకు ఒకమండలము అనగా 40 రోజులు పట్టును. దీనినిబట్టియే వ్రతానుష్ఠానము ఒక మండలమువరకు చేయుట కేర్పడినది. అప్పటికి పీని రక్తమాంసములు శుద్ధము లగుటవలన పూర్వముయొక్క ఆహారదోషములు తగ్గి (నశించి) మంత్రసిద్ధి గలుగును. నిర్మలబుద్ధి వికసించును. ఈ మాంసము మేధస్సుగా మారుటకు మరల 52 రోజులు పట్టును. దీనినిపట్టియే 52 అక్షరములు ఏర్పడుటకు కారణ మైనది. మేధస్సు ఎము కలుగా మారుటకు 64 రోజులు పట్టును. కనుకనే 64 కళా శాస్త్రము లేర్పడినవి. ఎముకలు మజ్జగా మారుటకు 21 రోజులు పట్టును. కనుకనే 84 లక్షల జీవకోట్లు ఏర్పడు

టకు కారణమైనది. మజ్జ శుక్లముగా మారుటకు 96 రోజులు పట్టును. కనుకనే సాంఖ్యయోగులు యీ దేహము 96 తత్త్వములతో గూడినదని చెప్పుటకు కారణమైనది. ఈ శుక్లము జీవునికి ఓజస్సుగా మారుటకు మరల 108 రోజులు పట్టును. కనుకనే సమస్తమంత్రములు 108 జపములు చేయుటకు కారణమైనది. మరియును 108 ఉపనిషత్తులు లోకప్రసిద్ధములై యుండుటకు కారణమైనది. ఇట్టి ఉపనిషత్తులు సంపూర్ణజ్ఞానోత్పత్తి గలుగజేసి ఆత్మసాక్షాత్కారము గలుగజేయుచున్నవి గావున బ్రహ్మచర్యవ్రతము గలవానికే ఉపనిషత్తులయందు చెప్పబడిన బ్రహ్మసాక్షాత్కారము జేసికొనుటకు మేధశ్శక్తి గలిగి యుండును.

పాలనుండి సారమైన వెన్న తీయుట కెంత కష్టపడవలెనో, ఆలాగుననే, ఆహారమునుండి రసము; రసమునుండి రక్తము, రక్తమునుండి మాంసము, మాంసమునుండి మేధస్సు, మేధస్సునుండి అస్థులు, అస్థులనుండి మజ్జ, మజ్జనుండి శుక్లము. ఇట్లు రసమునుండి శుక్లముగా మారుటకు ఏడు మార్పులు గల్గుచుండును. ఈ కారణమువలననే 7 రోజులకు ఆహారరసము శరీరముయొక్క పూర్ణావయవములకు మారుటవలన, ఒకవారము అని చెప్పుటకు కారణమైనది.

ఒక్కసారి భుజించు ఆహారము రక్తముగా మారి నప్పుడు మూడుబిందువులు మాత్రమే యేర్పడును. అట్టి రక్తము 99 బిందువులు ఏర్పడినచో ఒక్కబిందువు మాత్రమే శుక్లముగా పరిణమించును. ఆహా! బిందువు యొక్క మహిమ జూచితిరా? మహోత్కృష్టమైన మాణిక్య మెలాగు ప్రకాశించుచుండునో అట్లే శరీరములో శుక్లము ప్రకాశించుచుండును. అట్టి యుత్కృష్టమైన శుక్లమును, కామాంధులై వ్యర్థముగా వ్యయముజేయువాడు అమృతము నిచ్చి విషమును భుజించునట్లుండును. లేక బొగ్గులకొరకు కల్పవృక్షమును నరికి కాల్చునట్లుండును. కావున, వీర్యముయొక్క విషయమైన మహాత్మ్య చెప్పుటకు గాని, వ్రాయుటకుగాని సాధ్యము కాజాలదని విరమించితిని. ఇది పురుషులకు మాత్రమే గాదు స్త్రీలకుకూడ నిర్మలమైన శుద్ధరక్తముగా మారును. అప్పుడు వారి బుద్ధికూడ చక్కగ వికసించును.

బ్రహ్మచర్యముచే పూర్ణాయువు, బ్రహ్మతేజస్సు, సంపూర్ణారోగ్యము, శూరత్వము, అపారప్రజ్ఞ (జ్ఞానము) కీర్తి, గొప్ప యశస్సు, ఐశ్వర్యము, దైవానుగ్రహము మొదలైనవన్నియు సిద్ధించునని మహానుభావులు, యోగీశ్వరులు చెప్పియున్నారు.

శ్లో॥ తీర్థాని తోయరూపాణి దేవా న్పాషాణ మృణ్మయాన్
యోగినో న ప్రపద్యంతే ఆత్మధ్యాన పారాయణాః॥

(7) తా॥ సర్వేంద్రియములను స్వాధీనములో నుంచుకొని సదా ఆత్మధ్యానపరులై అనగా బ్రహ్మసాక్షాత్కారమును పొందిన యోగులు మహానుభావులు. కాశీ రామేశ్వరము మొదలగు క్షేత్రములుగాని, గంగాయమునా మొదలగు నదీతీరములుగాని, శిలారూపములైన విగ్రహములనుగాని సేవించుట కిష్టపడరు. ఎందుకనగా, జ్ఞానషోడశోపచారపూజచే ఆత్మను పూజించుచుండురు. ఎట్లనగా,

జ్ఞాని ఆత్మపూజ

(షోడశోపచారములు)

జ్ఞాని ఆత్మపూజ ఎట్లుచేయు ననగా మొదటి అధ్యాయము 37 శ్లో॥ చెప్పబడిన ప్రకారము అష్టాంగయోగముల నభ్యసింపుచు ఆత్మసాక్షాత్కారము పొందిన యోగివరుడు, (1) నిస్సంకల్పముగా నుండుటే ధ్యానము. (2) సర్వకర్మములను విడిచిపెట్టుటే ఆవాహనము. (3) బ్రహ్మము సత్యము జగత్తు మిథ్యఅను నిశ్చయజ్ఞానమే ఆసనము. (4) ఉన్మనీభావమే పాద్యము. (5) సదా అమనస్కభావమం దుండుటే అర్ఘ్యము. (6) సదా జ్ఞానాకారముగా నుండుటే స్నానము. (7) సర్వము బ్రహ్మమే యని భావించుటే గంధము. (8) దృష్టి సదా బ్రహ్మమునందు చెదరకుండుటే అక్షతలు. (9) సదా ఆత్మదర్శనము చేయుచుండుటే జ్ఞానాప్తి యనబడును. ఈజ్ఞానాప్తియే పుష్పము. (10) ఆత్మనిష్ఠయందు బుద్ధికదలక స్థిరముగా నుండుటే జ్ఞానాగ్నియనబడును. ఈ జ్ఞానాగ్నియే ధూపము. (11) (నేతి. నేతి.) "నేను దేహము కాదు, నేను మనస్సు కాదు, జీవుడు కాదు, ప్రపంచము సర్వము నేనుకాదు. అన్నిటిని నెఱుగుచుండెడి సర్వసాక్షియగు ఆత్మయే నే"నని తెలియు తత్వవివేకమే జ్ఞానసూర్యుడు. ఈ జ్ఞానసూర్యుడే దీపము. (12) "నేనే బ్రహ్మము. బ్రహ్మము

"నేను" అను పరిపూర్ణభావము పరబ్రహ్మమునందు ఐక్యపరుచుటే నైవేద్యము. (13) చపలములేక నిస్సంకల్పముగ నుండుటే ప్రదక్షిణము (14) సోహంభావమే నమస్కారము. (15) నిర్వాసనా వశానమే స్తుతి. (16) సర్వసంతోషమే విసర్జనము. ఇట్లు మహానుభావులు, జ్ఞానులు జ్ఞానషోడశోపచారములతో ఆత్మపూజ చేయుచుందురు కాని, అజ్ఞానులవలె శిలాప్రతిమలను పూజించరు.

శ్లో॥ అగ్నిర్దేవో ద్విజాతీనాం మునీనాం హృదిదైవతం
ప్రతిమా స్వల్పబుద్ధీనాం సర్వత్ర సమదర్శినాం ॥

(8) తా॥ ప్రపంచమునందు పిపీలికాది బ్రహ్మపర్యంతము ఎనుబది నాలుగులక్షల జీవరాసులయందును అనగా, బ్రహ్మ క్షత్రియ వైశ్య శూద్రాది పశు పక్షి క్రిమికీటకాది స్థావర జంగమాత్మక మగు సమస్తమునందును అగ్నిహోత్రుడు, దేవాదిదేవతలు, రాకసులు మునులు మొదలగు సమస్త భూతములయందును, పరమాత్మ అంతర్యామియై ఆత్మస్వరూపముగా యున్నాడని తెలియక అజ్ఞానులు మందబుద్ధిగల మానవులు శిలాప్రతిమల యందు భగవంతు డున్నాడని తెలియుచున్నారు, కాని బ్రహ్మజ్ఞానులు (సర్వంఖల్విదం బ్రహ్మ) అను వచనప్రకారము కనబడుచున్న సర్వప్రపంచ మంతయును బ్రహ్మస్వరూపమని తెలియుచుందురు.

శ్లో॥ సర్వత్రావస్థితం శాన్తం నపశ్యేజ్జనార్దనమ్
జ్ఞానచక్షుర్విహీనత్వా దంధస్సూర్య మివోదితమ్॥

(9) తా॥ సర్వస్థలములయందును, సర్వ దిక్కులయందును, పరబ్రహ్మము ఆత్మస్వరూపుడై సర్వత్ర పరిపూర్ణమై వ్యాపించి యున్నవాడును,

నిరాకారుడగు వాసుదేవుని అజ్ఞానాంధకారమున మునగియున్న మూఢులు ప్రకాశించు సూర్యుని గ్రుడ్డివాడు చూడనివిధముగ, అవివేకులు జ్ఞాన నేత్రము లేనివారగుటవలన తెలియజాలరు.

మరియును ఆ పరబ్రహ్మమునందు కల్పింపబడిన నామరూపంబులు గల చరాచరజగత్తు సర్వమున్ను నశించినను, పరబ్రహ్మస్వరూపమగు ఆత్మ నశింపదు. ఆకాశమునకు ఘటత్వము కల్పితము గాన, ఘటము పగిలి నశించినను దానియందుండు ఆకాశము మాత్రము పగులుటగాని, నశించుటగాని, ఏవికారములు లేనట్లు పరబ్రహ్మమగు ఆత్మయందు జీవేశ్వర జగత్తులు మొదలైనవి కల్పితము లగుటవలన జీవేశ్వరులు నశించినను పరబ్రహ్మమగు ఆత్మకు ఏవికారములు లేవు. నశింపదు. సదా ఏకరీతిగా నుండునని మూఢులు అజ్ఞానులు తెలియజాలరు.

శ్లో॥ యత్ర యత్ర మనోయాతి తత్ర తత్ర పరంపదం
తత్ర తత్ర పరబ్రహ్మ సర్వత్ర సమవర్తతే ॥ ౧౦

(10) టీ॥ మనస్సు ఏయే విషయములమీదికి పోవుచున్నదో అనగా ఏయే విషయములను భావించుచున్నదో, ఆ భావనారూపము లన్నియును పరబ్రహ్మమేయని తెలియుచున్న యోగికి సర్వమును బ్రహ్మముగానే ప్రత్యక్షమగుచుండును. ఎట్లనగా మట్టియే కుండలు చట్లు మూకుడులు మొదలగు నానావిధ వస్తురూపములు, నానావిధ నామములతో వ్యవహరింప బడుచున్నను ఆ వస్తువులయొక్క నిజరూపము మట్టికంటెను వేరుగాక మట్టి అయినట్లున్ను, బంగారు నానావిధరూపములతో నానావిధ భూషణము లుగా తోచుచున్నను ఆ భూషణములు బంగారమునకంటె వేరుగాక బంగా మే అయినట్లును ఏవస్తువు అవ్యక్తతత్వము మొదలుకొని ప్రపంచమునందు గల సమస్త వస్తువులున్ను తనకంటెను వేరుగాక సర్వముతానై నానావిధ రూపములతో తోచుచు సర్వత్ర వ్యాపించి పరిపూర్ణమైయున్నదో, ఆ చైతన్య మేఆత్మస్వరూపమనియు, పరబ్రహ్మమనియు తెలిసి బ్రహ్మముగానే యుం

డును. అనగా చంచలరూపమగు ఆత్మస్వరూపమునకు నిశ్చలస్వరూపము గల పరమాత్మకు భేదము లేదని నిశ్చలముగా నుండుట.

శ్లో॥ దృశ్యతే దృశి రూపాణి గగనంభాతి నిర్మలం
అహమిత్య క్షరం బ్రహ్మ పరమం విష్ణుమవ్యయమ్॥

(11) తా॥ ఏ మానవుడు అహంకార మమకారములతో గూడి నేనని యెడు భావనగలిగియున్నాడో, అట్టి అజ్ఞానికి నామరూపాత్మకములయిన సకల వస్తువులు కనబడుచున్నవి. అనగా, మిగుల నిర్మలాకాశము అనేక వివిధ వర్ణములతో గనుబడునట్లు బాహ్య ప్రపంచమంతయును మనోభ్రాంతివలస కనబడుచున్నది.

ఏ మానవుడు "నేను నాశరహితుడును, సర్వోత్తముడును, సర్వవ్యాపకుడును అయిన పరబ్రహ్మమే నేను". అని దలచుచున్నాడో, అట్టివానికి యీ ప్రపంచమంతయును బ్రహ్మమునకంటె నితర మేదియును కనబడదు ఎట్లనగా,

—: బ్రహ్మ మయుడు :—

ఎవరు తనకు పరమానందము "స్వస్వరూపమే" యైయున్నను దానినివదలి అసత్యములగు బాహ్యవిషయములను గోరి యానందము పొందుచుందురో, అట్టివారు చేతబెట్టిన పరమాన్నమును జారవైచి అందలి రసమే మైన క్రిందికి జారునేమోయను తలంపుచె మోచేతిని నాకదలంచు వారివలె నగుచున్నారు. ఈ విధముగా ప్రత్యగాత్మకంటే భిన్నుడై "స్వస్వరూపమే" యైయున్న బ్రహ్మమును

విచారదృష్టిచే ప్రత్యక్షముగా జూచు మహాత్ములకు నీ ప్రపంచమే కానరాదు.

బాగుగా విచారించిన ఈ బాహ్యప్రపంచమంత యును కేవలము మనస్సు మాత్రమే కాని, వేరులేదు. అనగా, ప్రపంచమునకు మనస్సుకంటె వేరే ఆధారము లేదు. ఇది నీచమైనది. ఉన్నట్లు కనుబడుట మాత్రమేకాని యథార్థము కానేరదు. "నేను, ఇది" అను భేదము కల్పించుటకు నించుకైనను అవకాశముండినయెడల అప్పుడు మనస్సు వెలుపల సంచరించును. బాహ్యాభ్యంతరముల యందును సర్వమయుడై యున్న బ్రహ్మమునందు లోపల, వెలుపల, అచ్చట, ఇచ్చట అను భేదమే లేనివాడు నిర్మలమై, సర్వోత్తమమైయున్న బ్రహ్మ మేదికలదో అదియే నేను, అదియే సర్వపదార్థములు అను యథార్థజ్ఞానము అతనికి గలిగియున్నది. ఈ కారణమువలన అతని మనస్సు చలించుటకు వీలులేదు. అనగా, ప్రస్తుతము వర్ణించుచున్న బ్రహ్మమయు డెట్టి సంశయములకు నవకాశ మియ్యడని అర్థము.

శ్లో॥ దృశ్యతే తు దివాకారం దివాకారం విచింతయేత్
ఆత్మమధ్యే దివాకారం దివామధ్యేపి చాత్మకమ్॥

(12) తా॥ పగటియందు సూర్యుడు ప్రకాశించుచున్న జ్యోతిస్వరూపముపోలె సచ్చిదానందపరబ్రహ్మ స్వరూపమును దర్శించినప్పుడు జ్ఞాన

స్వరూపమగు ఆత్మయే పగటియందు సూర్య ప్రకాశమువలె ప్రకాశించు చున్నది. కావున, ఆ పరబ్రహ్మమే ఆత్మ; ఆత్మయే పరబ్రహ్మము. ఆ పర బ్రహ్మముకంటె వేరుగా రెండవది యేదియును లేదు. ఆ పరబ్రహ్మమగు ఆత్మ ఒక్కటియే నానావిధ రూపనామములతో సకల చరాచర జగత్తుగా తోచుచున్నది కాని, పరబ్రహ్మస్వరూపమునకంటె వేరుగా ఏదియు లేదను దృఢభావనతో నుండుట.

శ్లో॥ దృశ్యతేచే త్ఖగాకారం ఖగాకారం విచింతయేత్
సకలం నిశ్చలం సూక్ష్మం మోక్షద్వారేణ నిర్గతమ్॥

(13) తా॥ హంసస్వరూపుడగు జీవుని తన ఆత్మస్వరూపముగా దర్శించినప్పుడు సంపూర్ణుడును, శాశ్వతుడును, సూక్ష్మస్వరూపుడును అయిన ఆత్మను, పరబ్రహ్మముగానే భావింప వలయును.

శ్లో॥ అపవర్గస్య నిర్వాణం పరమం విష్ణు మవ్యయం
సర్వతో జ్యోతిరాకాశం సర్వభూతాది వాసినమ్॥

శ్లో॥ సర్వత్రి పరమాత్మానం బ్రహ్మాత్మా పరమవ్యయమ్
అహంబ్రహ్మేతి యస్సర్వం విజానాతి చ సర్వదా॥

శ్లో॥ హన్యాత్స్వయమరీ స్సర్వాస్సర్వాతి సర్వవిక్రయా
సర్వం నిషేధం కృత్వాపి కర్మభిర్న స బధ్యతే॥

(14-16) తా॥ మోక్షసుఖమును గలుగజేయునదియును, సర్వోత్తమమైనదియును, సర్వవ్యాపకమై నాశరహితమైనదియును, స్వయంజ్యోతిస్వరూపమై అంతటను ప్రకాశింప జేయునదియును, సర్వభూతములకు ఆధార భూతమైనదియును, శాశ్వతమైనదియును, శ్రేష్ఠమైనదియును, శుద్ధ నిర్మల నిర్గుణ నిర్వికారమైన పరబ్రహ్మమును ఎవడు ఆత్మస్వరూపముగా

భావించుచున్నాడో, అట్టివాడు ఏ సహాయమును లేకయే కామక్రోధాదులనెడి శత్రువులను సమస్త విషయేంద్రియాదులను జయించుచున్నాడు. మరి యును. పూర్వ సంచితకర్మములుగాని, యీ జన్మమునందు జేసిన నిషిద్ధ కర్మములుగాని, ఏమియు జేయుజాలవు. అనగా, ఇట్టి కర్మములచేత బం ధింపబడడని తెలియవలయును.

శ్లో॥ నిమిషం నిమిషార్థం వా జ్ఞానినో ధ్యానచింతయా
క్రతుకోటి సహస్రాణాం ధ్యానమేకం విశిష్యతే ॥

శ్లో॥ నిమిషం నిమిషార్థం వా శీతశీత నివారణం
అచలా కేశవేభక్తి ర్విభవైః కింప్రయోజనం॥ ౧౮

శ్లో॥ నిమిషం నిమిషార్థం వా యత్రతిష్ఠతి యోగినః
తత్రతత్ర కురుక్షేత్రం ప్రయాగో నైమిశంవనమ్॥

(17-19) తా॥ అనేక కోట్లకొలది యజ్ఞములు చేయు ఫలముకన్నను బ్రహ్మజ్ఞాని, క్షణముకాని, అరక్షణముకాని చేయునట్టి ఆత్మధ్యానమునకు సమానము కాజాలదు. కావున ఆత్మధ్యానము మహాశ్రేష్ఠమని తెలియుము మరియును, క్షణముకాని, అరక్షణముకాని, శీతోష్ణదుఃఖములకు సహించు కొని సమస్త ఇంద్రియములను తన స్వాధీనమునందుంచుకొని ఆత్మస్వరూపు డగు కేశవునియందు భగవద్గీత 8 వ. అధ్యాయము 22. శ్లోకమునందు చెప్పిన ప్రకారము ఏకాంతభక్తితో ధ్యానించువానికి తుచ్ఛమైన ఐశ్వర్య ములతో పనిలేదు. ఇట్టి మహానుభావులు యోగులు ఒకక్షణకాలముగాని, అరక్షణకాలముగాని నివసించియున్నచోటు ధర్మక్షేత్ర ప్రయాగ నైమిశార ణ్యము మొదలగు పుణ్యక్షేత్రము లనిపించుకొనును.

శ్లో॥ భిక్షాన్నందేహ రక్షార్థం కంథాశీత నివారణమ్
అశ్మానంచ హిరణ్యంచశాకం శాల్యోదనంత థా
సమానం చింతయే ద్యోగి సూక్ష్మతత్త్వ మపేక్షతే॥

(20) తా॥ బ్రహ్మజ్ఞానియగు యోగివర్యుడు దేహరక్షణార్థమై భిక్షాన్నమును స్వీకరించుచు శీతలనివారణంబునకై బొంతను ధరించినవాడై పాషాణమును, బంగారమును, పాయసాన్నాది భోజనములు మొదలగు వాటిని సమానముగా జూచుచు సదా కాలము ఆత్మసంధానపరుడై యున్నట్టి యోగి సూక్ష్మతత్వము అనగా ఆత్మసాక్షాత్కారము లేక, బ్రహ్మసాక్షాత్కారము పొందుచున్నాడు. అట్లు లేక శరీరాభిమానము గలవాడై ఇంద్రియ విషయాదుల యందు ప్రీతిగలిగి యున్నవాడు యోగి కానేరడు. ఉభయ భ్రష్టుడగుచున్నాడు. ఎట్లనగా,

—ఉభయ భ్రష్టుడు :—

దారేషణ, ధనేషణ పుత్రేషణ - అనగా, భార్యా బిడ్డలు, బంధు బలగము మొదలగు వారియందలి ప్రేమ. ధనేషణ అనగా, ధనకనక వస్తువాహనములయందు ప్రేమ. పుత్రేషణ అనగా, పుత్రులు పౌత్రులు మొదలగు వారియందు ప్రేమ. ఇవికాక ప్రపంచవిషయ భోగముల యందు వాంఛ. కీర్తిప్రఖ్యాతులయందు వాంఛ. మొదలగు నవన్నియును వాంతిజేసిన అన్నమునందు అసూయత గలిగినట్లు సమస్త ఆశలున్ను విడిచిపెట్టి దేహాభిమానము లేనివాడై యుండు వానికి మాత్రమే ఆత్మ సాక్షాత్కారానుభవము గలుగును. కాని,

నేను బ్రహ్మజ్ఞాని ననియు, పండితుడ ననియు, విద్వాంసుడననియు, యోగి ననియు, కవీశ్వరుడననియు, బాహ్య వేషములుధరించి విషయ వైరాగ్యములేక ధనము కొరకును, ఉదరపోషణము కొరకును, కీర్తిప్రతిష్ఠలకు

గాను, వేషములను ధరించు విద్వాంసులుగాని, సన్యాసులు గాని, ఉభయభ్రష్టులై అనగా, గృహస్థధర్మములు ననుష్ఠించునట్టి గృహస్థుడున్ను గాక, బ్రహ్మజ్ఞానానుభవమును పొందునట్టి సన్యాస ధర్మము ననుష్ఠించునట్టి సన్యాసియు గాక, పతితులు అనగా, పాపాత్ము లగుచున్నారు. అట్టి వారికి ముక్తిలభించదు.

శ్లో॥ తస్మాద్బ్రహ్మ నిదేదేయం యద్యస్తి వస్తుకించిత్
కుక్షౌతిష్ఠతి యస్యాన్నం యోగభ్యాసేన జీర్యతే॥
సనిస్తరతి దాతారం దశపూర్వాన్దశాపరాన్ ॥ ౨౧

(21) తా॥ ఏగృహస్థుడు తనయథాశక్తి బ్రహ్మజ్ఞానానుభవముగల యతి యొక్క అనగా సాధువుయొక్క కుక్షియందు సంతుష్టినొందునట్లు భుజింప పెట్టి జీర్ణింపజేయుచున్నాడో, అట్టి గృహస్థుడు పదివేలమందికి భుజింప జేసినవాడగును. మరియును. తాను తరించుట కాకనే తన వంశపరంపరు లగు ఇరువదియొక్క తరములవారిని తరింపజేసిన వాడగుచున్నాడు. ఇందుకు దృష్టాంతము ఒక యతీశ్వరునియొక్క మాహాత్మ్యము చెప్పుచున్నాను వినుము

—: యతీశ్వరుని మాహాత్మ్యము :—

శోభావతియను పట్టణమును సత్యకీర్తి యను మహారాజు పాలించుచుండెను. ఇతడు పరమభక్తుడు. సత్యమును తప్పనివాడు. పరమాత్మానుగ్రహము కొరకై సాధుజనులను పూజించుచుండగా ఒకనాడొక మహాత్ముడు రాజువద్దకు వచ్చి ఒకగంటనిల్చి ఓరాజేంద్రా ! గ్రహణాది

పుణ్యకాలములయందు కోటి గోవులను దానమిచ్చుట, పది వేలసార్లు గంగాయాత్రలు చేయుట, పదివేలు కన్యాదానములు చేయుట. ఇవన్నియు, ఆకలికొనివచ్చిన ఒకఆత్మకు పెట్టు అన్నదానములో నూటిలో నొక భాగమునకు సరి రాదు. కావున, ఒక కోటిజనులకు అన్నదానము జేసినచో అందులో నెవరైన ఒకమహాత్ముడు వచ్చి భుజించినంతనే యీ ఘంట తనకు తానే గణగణయని మ్రోగును. అప్పుడు నీకు సత్కీర్తియు, దైవప్రాప్తియు గలుగునని ఆశీర్వదించి పోయెను.

అంత నారాజు ఒక సత్రమును గట్టించి, యా సత్రమునందు గంటను తగిలించి ప్రతిదినము పదివేల మందికి అన్నదానము జేయుచుండగా కోటికి లెక్కఅయి నను గంట మ్రోగకుండెను. అప్పుడు మహాత్ముల వాక్యము వ్యర్థము కాజాలదని తెలిసి మరల అదేప్రకారము అన్న దానము జేయుచుండెను. ఇట్లుండగా, ఒకనాడొక దొమ్మరిది దేశములు దిరిగి దొమ్మరివిద్య ఆడి ధనము సంపాదింపదలచి తనవారితో కూడ పయనమై తనవద్ద పరిచర్యలు చేయుచున్న ఒక గురుపుత్రిని వెంటబెట్టుకొని శోభావతి యను పట్టణమునకు వచ్చి ఒకప్రదేశమునందు దిగెను.

ఆ రాత్రి తాను తెచ్చిన గంజిని తనవారితోగూడ త్రాగి కొంచమైనను మిగులనందున ఆ చిన్నవానిని జూచి "ఓరీ గంజి అందరికి సరిపోయినది. కొంచమైనను మిగుల లేదు. కావున, యీ దేశములోనికివెళ్ళి యెక్కడైనను భిక్షమెత్తి భుజించిరమ్ము" అని చెప్పగా, నతడు ఆ పురి లోనికింబోవుచు రాజు కట్టించిన సత్రమువద్దకు బోయి అయ్యా! ఇంతకవళము పెట్టుడని అరవగా, లోపలనుండి ఒక బ్రాహ్మణుడువచ్చి ఎవడవురా నీవు అని అడుగగా, అయ్యా పుణ్యాత్మా! నేనొక దొమ్మరదాని సేవకుడను. నన్ను ఆకలి బాధించుచున్నది. కావున, ఇంతకవళము పెట్టుడు. అని వేడుకొనగా, బ్రాహ్మణుడు దయగలవాడై వంటశాలకు పోయి చూడగా కొంచమైనను అన్నము లేనందున పాత్రయందుండు మాడన్నమును గోకి గంజి నీళ్ళు ఉప్పును కలిపి తెచ్చి వానిచేతి కిచ్చెను. అంతట నా గురుపుత్రుడు మిక్కిలి సంతోషించి అచ్చటనే గూర్చుండి సద్గురుమూర్తిని మనంబున దలచి ఆత్మార్పణంబు జేసి ఒకముద్దను భుజించి నంతనే ఆ సత్రమున గట్టి యుండు గంట తనకుతానే గణగణయని మ్రోగెను. ఇట్లు ముద్దముద్దకు మ్రోగుచుండగా ఆ బ్రాహ్మణుడు ఆశ్చర్య పడి తోడనే రాజున కాసంగతి తెలియపరచగా,

అంత నారాజు అత్యానందముతో, ఆ గురుపుత్రుడు భుజించుచుండుటను జూచి కన్నులయందు ఆనంద బాష్ప

ములు జలజలరాల్చుచు వారి పాదములకు నమస్కరించి మహానుభావా! నేను ధన్యుడ నైతిని. యని స్తుతించి వెంటనే సేవకులరప్పించి మంగళవాద్యములతో స్నానాభి షేకముల జేయించి, దివ్యమైన పంచభక్ష్య భోజనమును పెట్టించి అనంతరము గంధపుష్పతాంబూలాది మర్యాదల గావించి నంత గురుపుత్రుడు మహానందముతో నా రాజును అనుగ్రహించి సద్గురునాథుని మనంబున దలచుచు అచ్చట నుండి వెడలిపోయెను. కావున, ఏ గృహస్థుడు ఒక ఆత్మ జ్ఞానికి భోజనముపెట్టి సంతుష్టి జేయుచున్నాడో అతడు, అతని వంశము ఉద్ధరించుచున్నారని ప్రతివారును నమ్మ వలయును.

శ్లో॥ యతిర్యస్య గృహేభుంక్తే తస్యభుంక్తే హరిస్స్వయం
హరిర్యస్య గృహేభుంక్తే తస్యభుంక్తే జగత్రయం॥

శ్లో॥ యతిహస్తే జలందద్యా ద్భైక్షం దద్యా త్పునఃపునః
తద్భైక్షం మేరుణాతుల్యం తజ్జలం సాగరోపమమ్॥

(22-23) తా॥ బ్రహ్మజ్ఞాని యగు యతీశ్వరుడు ఎవనియొక్క గృహము నందు భుజించుచున్నాడో, అతనియొక్క గృహమునందు వాసుదేవస్వరూపు డైన నారాయణుడు భుజించుచున్నాడు. ఎవనియొక్క గృహమునందు నారాయణుడు భుజించుచున్నాడో, అతనియొక్క గృహమునందు మూడు లోకములు భుజించి తృప్తి జెందుచున్నవి. ఎట్లనగా,

భగవద్గీత 6 అధ్యాయము 29-30 శ్లోకములయందు చెప్పబడిన ప్రకారము సమస్త చరాచర ప్రపంచమునందు గల జీవులు పరబ్రహ్మ

స్వరూపమే కాని, వేరు కాదు. నాయందున్నట్టి ఆత్మకూడ ఆ పరబ్రహ్మమే యగును, సమస్త జంతువులయందు నేనే యున్నాను. కావున, ప్రపంచము నందు గల సమస్త చరాచర వస్తువులకును నాకును భేదము లేదని భావించునట్టి యోగి బ్రహ్మస్వరూపుడు. ఎప్పుడును నన్నే జూచును. నేనును ఎప్పుడు వానిని జూచుచుందును. అనగా, నేనే వాడు వాడే నేను. నాకును బ్రహ్మజ్ఞానికిని ఎంతమాత్రమును భేదములేదు. అనగా, భగవంతునికిని సత్పురుషులగు సాధువులకును ఎంతమాత్రము భేద మెంచక, ఎవరు ఏ గృహస్థు ఇంట సాధువులు భుజించుచున్నారో, అట్టి గృహస్థులు తరించు చున్నారు.

మరియును, ఏ గృహస్థులు బ్రహ్మజ్ఞానియగు యతియొక్క హస్తము నందు జలమును సమర్పించుచున్నారో, భిక్షమును సమర్పించుచున్నారో, అట్టి భిక్షము మేరుపర్వతముతో సమానమనియు ఆ జలము మహాసముద్ర ముతో సమానమగుననియు తెలియవలయును.

శ్లో॥ ద్వేబ్రహ్మణీ వేదితవ్యే శబ్దబ్రహ్మ పరంచయత్
శబ్దబ్రహ్మణి నిష్ణాతః పరబ్రహ్మాధిగచ్ఛతి ॥ ౨౪

(24) తా॥ ముముక్షువులు ముఖ్యముగా రెండు విద్యలను తెలిసికొన వలయును. ఒకటి శబ్దబ్రహ్మవిద్య. రెండవది పరబ్రహ్మ విద్య అను రెండు విద్యలు. (1) సద్గురువుచే బోధింపబడిన, ప్రణవములేక (హంసమంత్రము) శబ్దబ్రహ్మవిద్య యనబడును. (2) అట్టి మంత్రానుష్ఠాన అభ్యాసమువలన దానిని అతిక్రమించి (స్వానుభవము) బ్రహ్మసాక్షాత్కారమును పొందిన వాడగుచున్నాడు.

శ్లో॥ ధ్యానాఖ్యయోగారణిదీపితేన
పంచాత్మకం ధర్మ గుణేంధనేన
యోగాగ్నినా వాయు సమన్వితేన
దగ్ధం యుగాంతే ఖిలకర్మబంధమ్ ॥ ౨౫

(25) తా॥ రెండుకట్టెలను ఎడతెగక ఒకటితో నొకటి రాచుటవలన ఆ కట్టెలయందుండి అగ్ని యుత్పత్తి యగుచు ఆ కట్టెలను దహించి రూపనామములు లేక నాశముజేసి వాటితోకూడ ఆ అగ్నియు నశించిపోవునట్లు పంచభూతాత్మకమైన వాయువుతో సంబంధించిన శుద్ధమనస్సును క్రింద కట్టెగాను, ప్రణవమంత్రమును మీదికట్టెగాను భావించి నిరంతరయోగధ్యానమనెడి మథనంబు చేయుటవలన జ్ఞానాగ్ని ఉత్పత్తి యగును ఆశుద్ధమనస్సును ప్రణవమును రెంటినిన్ని దహించి నాశముజేసి వాటితోకూడ ఆ జ్ఞానాగ్నియు ఉపశాంతిని బొందును. అనగా సమస్త సంచితకర్మములను కాల్చివేయును. అప్పుడు బ్రహ్మసాక్షాత్కార సిద్ధిని పొందినవా డగుచున్నాడు.

శ్లో॥ అహిమివ జనయోగం సర్వదా వర్జయేద్యః
కుణప మివ చ నారీం త్యక్తకామో విరాగీ
విష మివ విషయాప్తిం మన్యమానో దురంతాం
జగతి పరమహంసో ముక్తిభావం సమేతి ॥ ౨౬

(26) తా॥ ఉత్తమయోగివరుడు సర్వకాలములయందును సర్పము తన కుబుసము విడుచునటుల జనసంగపరిత్యాగము చేయవలెను. ఎందుకనగా, యోగాభ్యాసకులకు జనసంగమువలన అనేకవిఘ్నములు సంభవించుచుండును. కావున, సంగపరిత్యాగము చేయవలయును. మరియును స్త్రీ ఎప్పుడును స్వర్గముకాదు. ఆనందముకాదు. స్త్రీలు పురుషులను గద్దిపోచ వలె కాల్చుచున్నారు. స్త్రీమోహమునకు అడ్డతలుపు వంటిది. పశులకు మన్మధుడను ఎరుకవానిచే వేయబడు వలలుగా నున్నారు. కావున మనస్సుచేతను వాక్కుచేతను, శరీరముచేతను స్త్రీసంపర్కము వదలవలయును. ఇట్టిదుఃఖములకు కారణములగు విషయభోగములను వదలి ఆత్మానుసంధానము గలవాడే పరమహంస యనబడును. మరియును పరమహంసుని లక్షణములు వినుము,

—: పరమహంసుని లక్షణములు :—

స్వయంప్రకాశమై, పరంజ్యోతియై, జ్ఞానానందస్వరూపమై, సర్వసాక్షియై, వెలుగుచుండు పరబ్రహ్మమగు ఆత్మయే "హంస" యనబడును. అట్టి జ్ఞానస్వరూపమైన హంసయే (ఆత్మయే) దేహ మధ్యంబున బుద్ధి యనెడి గుహయందు స్వయంప్రకాశముగా సాక్షిరూపముగా వెలుగుచున్నది. ఆ హంసయే బ్రహ్మ, విష్ణు, మహేశ్వరులు. పిపీలికాది బ్రహ్మపర్యంతమును సకల చరాచర భూతములయందు అంతర్యామియై "హంస" వ్యాపించియుండుటవల్లనే దేవ మానవ క్రిమి కీటకాది సకలమైన జంతువులున్ను జీవించుచు సకలకార్యములు చేయుచుండును. లేకున్న యెడల శవముగా నుండును. కావున, అహంసయే పరబ్రహ్మము. అట్టి హంసమంత్రమును సదా జపించుచు బ్రహ్మనిష్ఠయందుండువాడే పరమహంస యని పిలువబడును.

మరియును, మొదటిఅధ్యాయము 9. వ శ్లోకమునందు చెప్పబడినప్రకారము హంసభావము తెలిసికొని సదా స్మరించుచుండుటే ఆత్మధ్యాన మనబడును. "హంస" అనెడి పదములో (హ) అనెడి అక్షరము మధ్య నుండు బిందువు (స) అనెడి అక్షరము యీ మూడున్ను చేరియున్నవి. అందులో హ అనగా పరమాత్మ యనబడును. స అనగా జీవు డనబడును. హ - స - అనెడి రెండు అక్షరములకు మధ్య నుండు. (ం) బిందువు పరమాత్మయే జీవాత్మ యనియు జీవాత్మయే పరమాత్మయనియు ఐక్యమును భోధించుచున్నది. కావున అట్టి హంసమంత్రము

జపించువాడు పరమహంస యనబడును. రాజహంస యనికూడ చెప్పబడును.

శ్లో॥ యథా రవిస్సర్వ రసాన్ప్రభుంక్తే
హుతాశనశ్చాపి హి సర్వభక్షః
తథైవ యోగీ విషయాన్ప్రభుంక్తే
న లిప్యతేకర్మ శుభాశుభాభ్యామ్ ॥ ౨౭

(27) తా॥ సూర్యుడు శుద్ధాశుద్ధములయందు అనగా మేధ్యామేధ్యములయందు ప్రకాశించుచు వాటియందున్న రసము పీల్చుకొన్నను శుద్ధాశుద్ధములు సూర్యుని నెట్లంటవో, అగ్నిహోత్రుడు శుద్ధాశుద్ధములను సర్వమును దహింపజేసినను శుద్ధాశుద్ధములు అగ్నిహోత్రుని నెట్లంటవో. అలాగుననే బ్రహ్మజ్ఞాని యగు యోగి సమస్తవిషయముల ననుభవించినను వాటియొక్క ఫలములగు పుణ్యపాపములచేత బద్ధుడు కానేరడని తెలియవలయును.

శ్లో॥ సమానం చింతయే ద్యోగీ యది చింత్య మపేక్షతే
సర్వచింతా వినిర్ముక్తం తన్నిత్య మచలం ధ్రువమ్॥

(28) తా॥ భగవద్గీత 4 అధ్యాయము 21 శ్లోకమందు చెప్పినప్రకారము యోగి యైనవాడు సర్వకామసంకల్పవర్జితుడై కర్తృత్వాభిమానము అనగా అహంకార మమకారములు లేనివాడై సంకల్పవికల్పములు లేని పరిశుద్ధ మనస్సు గలవాడై నిత్యమును చలనరహితమును శాశ్వతమును అయిన పరబ్రహ్మమును ధ్యానించుచు సర్వమును సమానముగా భావించుచుండవలయును.

శ్లో॥ భూతవస్తు న్యశోచిత్వే సిద్ధేచాగామివస్తుని
సిద్ధేచ నిరపేక్షత్వే పునర్జన్మ నవిద్యతే ॥ ౨౯

(29) తా॥ యోగి యగువాడు (యదృచ్ఛా లాభ సంతుష్టో ద్వంద్వాతీతో విమత్సరః) అను గీతావచనప్రకారము తనకు ఏసమయమున ఏది లభించునో దానితో తృప్తిజెందుచు గతించిన వస్తువునందు దుఃఖము, సంప్రాప్తమైనవస్తువునందు సంతసము లేనివాడు గంగాదినదులు ప్రవహించుచు సముద్రమునందు జేరినతోడనే నామరూపములు విడిచిపెట్టి తమస్వరూపము చెడి సముద్రరూప మైనట్లు బ్రహ్మజ్ఞాని మరణించినతోడనే స్థూల సూక్ష్మ కారణ శరీరములు నశించి నామరూపములు నశించి శుద్ధనిరాకారబ్రహ్మము నందు కలిసి బ్రహ్మస్వరూపమే యగుచున్నాడు. అనగా పునర్జన్మములేని స్థానము జెందుచున్నాడని తెలియను.

శ్లో॥ జన్మమృత్యు సుఖదుఃఖవర్జితం
జాతినీతికులగోత్ర దూరగం
చిద్వివర్త జగతోస్య కారణం
తత్సదాహ మితి మౌన మాశ్రియః ॥ 30

(30) తా॥ జననము, మరణము, సుఖము, దుఃఖము, జాతి, నీతి, కులము, గోత్రము మొదలగునవి లేనివాడై అనగా ఏభేదభావన లేనివాడై సమస్తజగత్తునకు కారణభూతుడై స్వయంప్రకాశస్వరూపుడై "జ్ఞానమాత్ర స్వరూపమగు ఆత్మయే బ్రహ్మము. ఆత్మయే నేను. నాకంటె ఎక్కువైన వస్తువేదియును లేదు. నే సన్నిటికంటెను శ్రేష్ఠుడను. నేను శుద్ధనిర్గుణుండను నేను పరాత్పరుండను. నేను శరీరత్రయమునకు వేరుగానున్నాను" అనెడి దృఢనిశ్చయబుద్ధితో సదాకాలమును ఆత్మనంధానపరుడై మౌనముగా నుండవలయును.

శ్లో॥ సత్యచిద్ఘన మఖండ మద్వయం
సర్వదృశ్యరహితం నిరామయం

యత్పదం విమల మక్షరం శివం
తత్సదాహ మితి మౌన మాశ్రయ ॥ ౩౧

శ్లో॥ పూర్ణ మద్వయ మఖండచేతనం
విశ్వభేద కలనాది వర్జితం
అద్వితీయపరసంవిదం శకం
తత్సదాహ మితి మౌన మాశ్రియ ॥ ౩౨

(31-32) తా॥ సత్యమును చిద్ఘనమును అయినదియును, అఖండ మును, సమస్త ప్రపంచరహితమును నిరామయమును నిర్మలమును నాశ రహితమును మంగళకరమును పరిపూర్ణమును, అద్వయమును, అచేతన మును, పరమజ్ఞానరూపమును అయిన పరిపూర్ణబ్రహ్మమగు నాయందే నేను ఆనందించుచున్నాను.-సముద్రమునందు గాలి సంచారమువలన అలలు పలుమారు పుట్టి విహరించి నశించుచున్నవి. అట్లే, "జ్ఞానానందస్వరూపుడ నగునాయందు మాయ యనెడి గాలి సంచారమువలన ప్రపంచము అనెడి అలలు పలుమారు పుట్టివిహరించి నశించుచున్నవి. కాని ఆత్మస్వరూపుడనగు నేను ఎన్నిటికి నాశనములేనట్టి పరిపూర్ణబ్రహ్మము నేను." అను దృఢనిశ్చయ ముతో (అహంబ్రహ్మాస్మి) అని ఆత్మానుసంధానపరుడై మౌనముగ నుండ వలయును.

అర్జున ఉవాచ :—

శ్లో॥ ఆత్మయోగ మవోచద్యో భక్తియోగ శిరోమణిం
తం వందే పరమానందం నందనందన మీశ్వరమ్॥

(33) తా॥ హే మహాప్రభో ! పరమానందస్వరూపుడును, సర్వజగన్ని యామకుడును, నందపుత్రుడును అయిన శ్రీకృష్ణా! నాయందు అత్యంత

పరిపూర్ణ ప్రేమగలవాడవై యోగములలో శ్రేష్ఠమైన బ్రహ్మజ్ఞానయోగమును నుపదేశించి ధన్యుని గావించితివి. మహానుభావా! శిరఃసాష్టాంగముగ నమస్కరించుచున్నాను.

ఇతి శ్రీమన్మహాభారతే అశ్వమేధపర్వణి
శ్రీభగవదుత్తరగీతాసూపనిషత్సు
బ్రహ్మవిద్యాయాం యోగశాస్త్రే
శ్రీకృష్ణార్జునసంవాదే
తుర్యజ్ఞానయోగో నామ
తృతీయోఽధ్యాయః
ఓం తత్సత్



ఓమ్

శ్రీకృష్ణపరమాత్మనే నమః



భగవదుత్తర గీతామృతము



గీతాసార యోగము

నాలుగవ అధ్యాయము.

అర్జున ఉవాచః—

శ్లో॥ ఓంకారస్య తు మహాత్మ్యం రూపస్థానం పరం తథా
తత్సర్వం శ్రోతు మిచ్ఛామి బ్రూహి మే పురుషోత్తమ॥

(1) తా॥ ఉత్తమపురుషులైన యోగీశ్వరులకు ప్రభువైన యో కృష్ణా! ఓంకారముయొక్క మహిమ, రూపము, స్థానము మొదలగునవన్నియు వినుటకు అత్యంత అపేక్షతోయున్న నాకు పూర్ణకృపతో విశదముగా తెలియ జేయుము ?

శ్రీభగవాన్ ఉవాచః—

శ్లో॥ సాధు పార్థ మహాబాహో యన్మాం త్వం పరిపృచ్ఛసి
విస్తరేణ ప్రవక్ష్యామి తత్తేని గరితం శృణు॥ ౨

(2) తా॥ అధికపరాక్రమముగల యో అర్జునా! నీవు మహాశ్రేష్ఠమైనదియును, మహాఉత్తమ మైనదియును అయిన వస్తువునే కోరితివి కావున నీకు సర్వమును సంపూర్ణముగ చెప్పెదను శ్రద్ధ గలవాడవై వినుము.

శ్లో॥ పృథివ్యగ్నిశ్చ ఋగ్వేదో భూరిత్యేవ పితామహః
అకారేతు లయం ప్రాప్తే ప్రథమే ప్రణవాంశతే ॥

శ్లో॥ అంతరిక్షం యజుర్వేదో భువో విష్ణుసనాతనః
ఉకారేతు లయం ప్రాప్తే ద్వితీయే ప్రణవాంశకే ॥४

శ్లో॥ ద్యౌ స్సూర్య స్సామవేదశ్చ స్వరిత్యేవ మహేశ్వరః
మకారేతు లయం ప్రాప్తే తృతీయే ప్రణవాంశకే ॥౫

(3-5) తా॥ ఓంకారము అను ప్రణవమునందు మూడుభాగములు. అందున మొదటిభాగమైన అకారము, లయము పొందగా, భూమియు, అగ్నియు, ఋగ్వేదము భూలోకము బ్రహ్మ అనునవి ఉత్పత్తి యగుచున్నవి.

ప్రణవముయొక్క రెండవభాగమైన ఉకారము లయము పొందగా అంతరిక్షము, యజుర్వేదము, భువర్లోకము, సనాతుడైన విష్ణువు అనునవి ఉత్పత్తి యగుచున్నవి.

ప్రణవముయొక్క మూడవభాగమైన మకారము, లయముపొందగా ద్యులోకము, సూర్యుడు, సామవేదము, స్వర్గలోకము, మహేశ్వరుడు అనునవి ఉత్పత్తి యగుచున్నవి.

ఆత్మానుభవముగల మహనీయులకు మాత్రమే యీ మూడు అక్షరములతో గూడిన ఓంకారమహాత్మ్యము తెలియగలదు.

శ్లో॥ అకారః పీతవర్ణశ్చ రజోగుణ సముద్భవః
ఉకార శ్శుక్లవర్ణశ్చ సత్వగుణ సముద్భవః ॥ ౬
మకారః కృష్ణవర్ణశ్చ తమోగుణ సముద్భవః ॥ ౭

(6-7) తా॥ అకారము పీతవర్ణముగలది; రజోగుణమువలన పుట్టినది. ఉకారము, తెల్లనివర్ణముగలది; సత్వగుణమువలన పుట్టినది. మకారము నీలవర్ణముగలది; తమోగుణమువలన పుట్టినది. మరియును,

శ్లో॥ అకారేచ ఉకారేచ మకారేచ ధనంజయః
ఇద మేకం స్సునిష్పన్నమో మితి జ్యోతిరూపకం ॥

(8) తా॥ అకార ఉకార మకారములు యీ మూడువర్ణములు జ్యోతి స్వరూపమగు ఓంకారమునందు పుట్టినవి.

శ్లో॥ త్రిస్థానం చ త్రిమాత్రం చ త్రిబ్రహ్మత్ర్యక్షరం తథా
త్రిమాత్ర మర్ధమాత్రం చ ప్రణవస్యావిశేషతః॥ ౯

శ్లో॥ అష్టాంగం చ చతుష్పాదం త్రిస్థానం పంచదైవతం
ఓకారం యో న జానాతి బ్రాహ్మణో న స బ్రాహ్మణః॥

(9-10) తా॥ ఇట్టిప్రణవముయొక్క స్థానత్రయమును మాత్రాత్రయమును బ్రహ్మత్రయమును అక్షరత్రయమును త్రిమూర్తులను అర్ధామాత్రమును అష్టాంగములను చతుష్పాదములను స్థానత్రయమును దేవతాపంచకమును ప్రణవస్వరూపముయొక్క మహాత్మ్యమును తెలియని బ్రాహ్మణుడు బ్రాహ్మణుడు కాజాలడు. ఇట్టి మహాత్మ్యశ్రేష్ఠమైన ప్రణవరహస్యము ఎవడు తెలిసికొనుచున్నాడో వాడు ఏజాతివాడైనను ఏమతస్థుడైనను స్త్రీయైనను బ్రాహ్మణు లనియు, వీరే పరబ్రహ్మస్వరూపులనియు చెప్పబడుదురు. ఇట్టి వారికి నమస్కరింపవచ్చును. ఇట్టివారికి సుశ్రూష చేయవచ్చును. వారివద్ద ఉపదేశమును పొందవచ్చును.

శ్లో॥ ఓమిత్యేవ పరంరూపం పరబ్రహ్మ ప్రవర్తితమ్
ఓంకారేతు ప్రవిష్టో హం ప్రభవః ప్రళయస్తథా
ప్రణవే సర్వగం దేవ మేకీ కృత్య సమభ్యసేత్॥

(11-12) తా॥ సర్వోత్తమమైన "ఓం" అను అక్షరమే పరబ్రహ్మము నేను ఓంకారమునందు ప్రవేశించియున్నాను. అనగా ఓంకారస్వరూపుడనని అర్థము. ఆ ఓంకారమునందు జగత్తు ప్రళయ మగుచున్నది. ఓంకారము వలననే జగదుత్పత్తి యగుచున్నది. అట్టి ప్రణవమునందు (ఓం భూర్భువస్సువః) అనగా సర్వమును వ్యాపించియున్న బ్రహ్మమును ఏకీభవించి ధ్యానించవలయును.

శ్లో॥ భూర్భువస్స్వేతి మంత్రేణ శరీరం పరిశుద్ధ్యతే
శరీరప్రణవంధ్యాయే త్సర్వాజ్ఞాన నివర్తకమ్॥ ౧౩

(13) తా॥ ఇట్లు భూర్భువస్సువః అను మంత్రమును ఏ మానవుడు ధ్యానించుచున్నాడో, అట్టివాని దేహము పరిశుద్ధ మగుచున్నది. అజ్ఞానము సమూలముగ నశించుచున్నది. కావున ఇట్టిమహోత్కృష్టమైన ప్రణవ ధ్యానము సదా అభ్యసించుచుండవలయును.

శ్లో॥ రేచకోచ్ఛ్వాస నిశ్వాసః పూరకః పరిచక్షతే
తదోర్ధ్వఃకుంభకశ్చైవ ప్రాణాయామస్స ఉచ్యతే॥

(14) తా॥ భావార్థ గీతామృతము 6అ॥ 10 వ శ్లోకమునందు చెప్పిన ప్రకారము యమ నియమములతో గూడి సంగవర్జితుడై 8 వ అధ్యాయము 7 వ శ్లోకమునందు చెప్పినరీతిగా అజపా గాయత్రిమంత్రమును రేచక పూరక కుంభకముల ద్వారా ప్రాణాయామమును జేయవలయును. ఎట్లనగా ప్రాణవాయువును (రేచకము) వెలుపలికి విడుచుట. ప్రాణవాయువును

(పూరకము) లోపలికి పిల్చుట. ప్రాణవాయువును లోపలికి వెలుపలికి పోనీయక నిలిపియుంచుట కుంభకమని చెప్పబడును. ఈ రేచక పూరక కుంభకముల నాచరించుటయే ప్రాణాయామమని తెలియవలయును,

శ్లో॥ ప్రణవస్య శిరో హ్యాత్మా తల్లక్ష్యం బ్రహ్మ ఉచ్యతే
అప్రమత్తస్స వేద్ధవ్యం శరవత్తన్మయోచ్యతే॥

శ్లో॥ నివర్తంతే క్రియా స్సర్వాంత స్తి స్మద్దృష్టే పరాపరే
ఓంకార ప్రభవా వేదా ఓంకార ప్రభవాస్స్వరాః॥

(15-16) తా॥ శిరస్సుతో గూడిన ప్రణవము బ్రహ్మమని చెప్పబడును. ప్రణవమునకు లక్ష్యమే బ్రహ్మము. కావున భావార్థ గీతామృతము 8 అ॥ 12-13 శ్లో॥ లో చెప్పిన ప్రకారము బాణసంధానము చేయునప్పుడు లక్ష్యమును గురిపెట్టి రెప్పపాటులేక ఏవిధముగా దృష్టి నిలుపుదురో ఆ ప్రకారమే ప్రణవ మను ధనుస్సునందు ఆత్మయను బాణమును సంధానముజేసి లక్ష్యమను దృష్టిని గురిపెట్టి బ్రహ్మమును దర్శించవలయును.

ఇట్లు అభ్యసించుటవలన ఓంకారవాచ్య మను పరమాత్మను కార్యకారణరూపమగు పరమాత్మను దర్శించినచో సమస్తక్రియలు నిలిచిపోవును. వేదములు ఓంకారమువలన పుట్టినవి. చరాచరాత్మకములగు సర్వలోకములు ఓంకారమువలననే పుట్టినవి.

శ్లో॥ ఓంకార ప్రభవం సర్వం త్రైలోక్యం స చరాచరమ్
ఓమిత్యేవ పరం రూపం హృత్పద్మే చ వ్యవస్థితమ్॥

శ్లో॥ తస్మాత్తదభ్యసే దేకం సర్వగం పరమేశ్వరమ్
హ్రస్వోదహతి పాపాని దీర్ఘో మోక్షప్రదాయకః ॥

(17-18) తా॥ సమస్తలోకములు ఓంకారమువలన పుట్టినవి. ఓమ్ అనెడి అక్షరస్వరూపమగు బ్రహ్మము హృదయకమలమునందు జ్యోతి స్వరూపమై ప్రకాశించుచున్నది. కావున సర్వత్ర వ్యాపించియుండు పర మేశ్వర స్వరూపమగు ప్రణవమునే ధ్యానించవలయును. ఆ ప్రణవము హ్రస్వ మయినయెడల సకల పాపములను దహించును. దీర్ఘ మగునేని మోక్ష దాయక మగును.

శ్లో॥ అవాచ్యం ప్రణవస్యార్థం యస్తం వేద సవేదవిత్
ఓంకార ప్రభవో విష్ణు స్త్రినేత్రోఽపి చ సాం పతిః ॥

(19) తా॥ వాక్కునందు వర్ణించుటకు వీలుకాని ప్రణవార్థమును ఎవడు బాగుగా తెలిసికొనుచున్నాడో, వాడే వేదార్థమును తెలిసిన మహా త్ముడు. బ్రహ్మ విష్ణు శివుడు. ఈ త్రిమూర్తులు ఓంకారమువలననే పుట్టిన వారలు. ఎట్లనగా మొదటి అధ్యాయమున 28 శ్లో॥ నందు చెప్పినప్రకారము ఓంకారముయొక్క "అ"కారము బ్రహ్మరూపముగాను "ఉ"కారము విష్ణు రూపముగాను, "మ"కారము రుద్రరూపముగాను అగుచున్నది. అర్ధ మాత్రము పరాత్పర పరబ్రహ్మస్వరూప మగుచున్నది. దానియొక్క వాచ్యము పరబ్రహ్మము. వాచకము ప్రణవము ఈ వాచ్యవాచకములు రెండిటికిన్ని సంబంధము ఉపచారార్థముగా చెప్పబడినది. అనగా వాచ్య వాచకములు రెండున్ను ఓతప్రోతములవలె సమన్వయ పరచి ధ్యానిం చవలయు నని భావము. ఇది శబ్దమున్ను అర్థమున్ను యేలాగున మిళితమై యుండునో అదేరీతిగా నుండును. కావున ఇట్టి ఓంకారరహస్యమును తెలిసి కొనినవాడె బ్రహ్మజ్ఞాని యనబడును.

శ్లో॥ తస్యోచ్చారణ మాత్రేణ పరబ్రహ్మాధి గచ్ఛతి
ధృవ మగ్నిమయం రూపం తద్దేహే సమధిష్ఠితమ్॥

(20) తా॥ ఇట్టి రహస్యమును తెలిసికొని ప్రణవమును ధ్యానించిన వాడు పరబ్రహ్మమును పొందుచున్నాడు. శాశ్వతమును, అగ్నిమయమును అయిన ప్రణవము దేహమం దున్నది. ఎట్లనగా,

కర్పూర మేలాగున వెలుగునప్పుడు జ్యోతిలైై మారి కొంచమైనను శేషించకయుండునో అలాగుననే అహంకారాదిగుణములు సంపూర్ణముగ నశించినయోగికి దేహముమాత్రమే నిలిచియుండును. అనగా కేవలము పరంజ్యోతి శివమయమై యుండునని భావము. ఈ రహస్యము తెలిసియే దేవతాసన్నిధానములోను, మహాత్ముల సమాధికాలమునందును కర్పూర జ్యోతిని వెలిగించుటకు కారణమైనది. దీనియందు పరమరహస్య మొకటి కలదు. ఏమనగా, మంచిధవళహారతి కర్పూరమైనచో, కాలినతర్వాత కొంచ మైనను మసి మిగిలి యుండదు. అట్లు లేక మలినకర్పూర మైనచో, కాలిన తర్వాత మసి బొగ్గుగా కొంత నిలిచియుండును. అలాగున నిశ్శేషమయిన వాసనారహిత మగు ఆత్మ అయినచో పరమాత్మావస్థను బొందును. వాసనా శేషము కొంచె ముండినచో మరల జన్మమునకు రావలసియుండునని తెలియుము.

శ్లో॥ ఇంద్రియాణి పశూన్హత్వా ఆత్మనైవ తు తుష్యతి॥

శ్లో॥ హృత్పద్మ కర్ణికామధ్యే శుద్ధం దీప శిఖాకృతిం
అంగుష్ఠమాత్ర మచలం ధ్యాయే దీశ్వర మవ్యయమ్॥

(21-22) తా॥ ఇంద్రియము లనెడి పశువులనుజంపిన యోగి ఆత్మ చేతనే సదా సంతుష్టుండై యుండును. హృత్పద్మమునందు కమలము యొక్క మధ్యభాగమునందు పరిశుద్ధమైనదియును, దేదీప్యమానమై దీప శిఖతో సమానమైన ఆకారము గలదియును, అంగుష్ఠమాత్ర మైనదియును అచంచలమై నాశరహితమైన బ్రహ్మమును ధ్యానించుచుండవలయును. ఎట్లనగా,

—: ఓంకారమనురథము :—

చీకటిగదిలో నుండు వస్తువును దీపముచే గ్రహించిన తర్వాత దీపమును విడిచిపెట్టినట్లు ఆత్మస్వరూపమును పొందు

టకు అభిలాషగల యోగివరుడు ఓంకారమను రథమును అధి ష్ఠించి శ్రీమన్నారాయణమూర్తిని సారథిగా భావించి ఈశ్వరారాధనతత్పరుడై యుండవలయును. అనగా, రథముయొక్క స్థాపరమువరకు అనగా ఓంకారశబ్దము లయ మగువరకు ఓంకారమును ధ్యానించుచు తర్వాత ధ్యానమునుకూడ విడిచి, ఓంకారమను రథమును విడిచి అంతర్గృహమును ప్రవేశించునట్లు ధ్యేయాకారస్వరూపుడై బ్రహ్మరంధ్రములో ప్రవేశింపవలయును. అనగా,

రథమును నధిష్ఠించినవాడు గృహద్వారములో రథమును నిలిపి అచ్చటనే విడిచిపెట్టి తానుమాత్ర మేలాగున గృహమునందు ప్రవేశించుచున్నాడో, ఆలాగుననే ఓంకారమును ధ్యానించుచు ధ్యేయాకారమునకు వెళ్ళినతర్వాత ధ్యానమును ధ్యాతనుకూడ విడిచిపెట్టి ధ్యేయాకారమైన బ్రహ్మస్వరూపమై నిలువవలెను. అనగా ఆకారాది మాత్రలున్ను లింగపదమగు ప్రత్యగాత్మనుకూడ విడిచి, శబ్దములయొక్క ధ్వనియుగూడ లేనిదై నిశ్చలముతో పరమసూక్ష్మమగు నాల్గవపాదమును పొందినచో ప్రత్యగాత్మ పరమాత్మల ఏకత్వపదవి అనగా జీవబ్రహ్మైక్యమును పొందగల్గునని తెలియవలయును.

శ్లో॥ హృదయకమల మధ్యే దీపవద్వేదసారం
ప్రణవమయ మతర్క్యం యోగిహృద్ధ్యానగమ్యం
అజ హరి శివ యోగం సర్వభూతస్థ మేకం
సకృదపి మనసా మాం ధ్యాయతే యస్సముక్తః॥

(23) తా॥ హృదయకమల మధ్యమునందు దీపమువలె ప్రకాశించు వాడును, వేదములయొక్క సారస్వరూపుడును, ప్రణవస్వరూపుడును ఊహించుట కలవికానివాడును, సర్వకాలములయందును ధ్యానింపబడు యోగులకు హృత్పద్మమునందును దర్శన మిచ్చువాడును, బ్రహ్మ విష్ణు శివస్వరూపుండును, సర్వభూతములయందు అంతర్యామియై ఆత్మస్వరూప ముగా నున్నవాడును అద్వితీయుడును అయిన నన్ను క్రింద జెప్పిన సమాధివిధి ప్రకారము ఎవడు ధ్యానించుచున్నాడో అట్టివాడు ముక్తు డగుచున్నాడు.

—: సమాధివిధి ఏడు అంగములు :—

ఇప్పుడు చెప్పబోవు ఏడు అంగములున్ను సంపూర్ణముగా సిద్ధి కలవారికి మాత్రమే యీ సమాధి నిర్విఘ్నముగా సిద్ధించును. ఇదికేవలము ఆత్మనిలయము, శాంతిసదనము. దీనిలో త్వరపడినవారికి మరల సంసారికదుఃఖ ముండదు. నిండుదైవ భక్తియు గురుభక్తియు పూర్వజన్మ సంస్కారమును కలవారు మాత్రమే యీ సమాధిసుఖము పూర్ణముగా అనుభవింపగలరు. ఈ సమాధియొక్క విషయము చాలా అఘాదమైనది. ధ్యాన యోగము సిద్ధి అయిన తదనంతరము సమాధి యని చెప్ప బడును. ఇది ఒక్కటియే జనన మరణ భవసాగరమునుండి తరింపజేయునది. సమాధి యనగా, సమ్యగ్జ్ఞానము, లేక జీవే శ్వరుల ఐక్యజ్ఞాన మని తెలియవలయును. మరియును,

ఈ పంచకోశాది వృత్తులను తీవ్రవిచారణముచే ఒక్కొక్క దానిని నెట్టివేయుటయే సమాధి నిలయము జేరుటకు ఒక్కొక్క మెట్టని గ్రహించవలయును. వీటి కన్నిటికిని సాక్షియై స్వయం

ప్రకాశమై శివమై నిలుచుటయే నిర్మలసమాధి యగును. ఎట్లనగా, "నేను దేహము గాను; ప్రాణము కాను; ఇంద్రియములు కాను; మనస్సు నేను కాను; బుద్ధి, చిత్తము, అహంకారము నేను కాను; పంచభూతాంశములగు పృథివి, జలము, అగ్ని, వాయువు, ఆకాశము నేను కాను; వీటి గుణములు శబ్ద స్పర్శ రూప రస గంధములు నేను కాను; ఇవన్నియును ప్రకృతి జన్యములైన దృశ్యము లన్నియు జడములు; నేను చైతన్య స్వరూపుడనై సాక్షిగా నున్నాను; నేను నిత్యమంగళస్వరూపుడను." ఇట్టి రూఢి యగు దృఢబుద్ధి ఏది కలదో దానిని సమాధి యని తెలియుము.

ఇట్లు సోహంభావనచేత తాను పరిశుద్ధ దైవస్వరూపమే కాని సంసారి కాను. అట్టిదైవమున కన్యమై మరియొకటి ఏది యున్ను లేదు. ఇట్టి దృఢభావనతో సమాధియం దుండువాడు ఆత్మసాక్షాత్కారమును పొందుచున్నాడు. అనగా పరబ్రహ్మ స్వరూపమగుచున్నాడు.

శ్లో॥ ఇడాయాం వాయు మారోప్య పూరయిత్వోదర స్థితం
తతోఽగ్నిం దేహమధ్యస్థం ధ్యాయే జ్జ్వాలా వళీవృతమ్॥

శ్లో॥ రేచకం బిందుసంయుక్త మగ్నిమండల సంస్థితమ్
ధ్యాయేచ్చ రేచయే త్పశ్చాన్నాదం పింగళ మాప్న
యాత్ ॥ ౨౫

(24-25) తా॥ ఉదరమందున్న వాయువును పూరించి ఇడానాడి యందు ఆరోపించి దేహమధ్యభాగమందు జ్వాలాసమూహములతో పరివేష్టిం

పబడియున్న అగ్నిని ధ్యానించవలయును. మరియును, బిందువుతో గూడి యున్నదియును, అగ్నిమండలమం దున్నదియును అయిన పరంజ్యోతి యగు ఏకాక్షరమైన ప్రణవమును ధ్యానించుచు, మరల రేచించుచు అనంతరము పింగళ యను అకారమూర్తిని ధ్యానించుచు నాదమును పొందవలయును.

శ్లో॥ బ్రహ్మేతు పూరకో జ్ఞేయః కుంభకో విష్ణురుచ్యతే
రేచకస్తు తథా జ్ఞేయో క్షరాక్షరమయ శ్శివః ॥ ౨౬

(26) తా॥ పూరక ప్రాణాయామము సృష్టికర్తయగు బ్రహ్మయని యును, రేచకప్రాణాయామము స్థితికర్తయగు విష్ణువనియును, కుంభక ప్రాణాయామము లయకర్తయగు శివుడనియు తెలియవలయును.

శ్లో॥ దేహో దేవాలయః ప్రోక్తో జీవో దేవ స్సనాతనః
త్యజేద జ్ఞాన నిర్మాల్యం సోహం భావే న పూజయేత్॥

శ్లో॥ బహిర్భ్రామ్యతియః కశ్చిత్త్యక్త్వా దేహస్థ మీశ్వరమ్
స్వగృహే పాయసం త్యక్త్వా భిక్షా మటతి దుర్మతిః ॥

(27-28) తా॥ ఈదేహము దేవాలయ మనియును, జీవుడు సనాతన పురుష డనియు ఆత్మానాత్మ వివేకమువలన బాగుగా తెలిసికొని అవివేక మనియెడు నిర్మాల్యమును విడిచిపెట్టి "సనాతనపురుషుడైన ఆత్మయే పర బ్రహ్మస్వరూపము. ఆ బ్రహ్మమే నే" ననియెడు దృఢభావన గలవాడై అట్టి పరబ్రహమును ధ్యానించుచుండవలయును.

అట్లు లేక సకలభూతములయందును అంతర్యామిగా ఆత్మస్వరూపుడై యుండు యీశ్వరుని విడిచి, బాహ్యస్వరూపముగల విగ్రహములను జూచి భగవంతుడని భ్రమించి తిరుగువాడు స్వగృహమునందు క్షీరాన్నమును

పడిచిపెట్టి భిక్షాన్నముకొరకు పారిగిండ్లు దిరుగువానితో సమానుడని తెలియ వలయును. అనగా ఆత్మతత్త్వము తెలియని అజ్ఞాని యని అర్థము.

శ్లో॥ శిలా మృద్దారుపాత్రేషు దైవబుద్ధిః ప్రకల్పితః
అకల్పిత స్వయంజ్యోతి రాత్మనో దేవతాన కిమ్ ॥

(29) తా॥ శిలలచేతను, కొయ్యలచేతను, కొయ్యచేతను చేయబడిన విగ్రహములయందలి దేవతాబుద్ధి అజ్ఞానమువలన కల్పిత మైనదనియు, స్వయంప్రకాశస్వరూపమైన ఆత్మ కల్పింపబడని పరబ్రహ్మ మనియును తెలియుము.

శ్లో॥ నాభి మూలే స్థితం పద్మం నాళం తస్య దశాంగుళం
కోమలం తస్య తన్నాళం నిమ్న పద్మ మథోముఖమ్
కదళీపుష్ప సంకాశం చంద్రకాంత సమ ప్రభమ్ ॥ ౩౦

(30) తా॥ మణిపూరక మను నాభిమూలమునందు. మిగుల కోమల మైనదియై అథోముఖముగా నివసించియుండు ఒక పద్మ మున్నది ఆ పద్మమునకు పది అంగుళములు గల ఒక నాళ మున్నది. ఆ పద్మము అరటిపువ్వుతో సమాన మైనదియును, చంద్రకాంతివంటి కాంతి గలది యును యున్నదని తెలియుము.

అర్జున ఉవాచ :—

శ్లో॥ దుర్విజ్ఞేయం దురారాధ్యం దుష్ప్రగమ్యం జనార్దన
అథోముఖం యథాభూత్వా హృదయే కేన గచ్ఛతి ॥

(31) తా॥ శ్రీకృష్ణా ! తెలిసికొనుటకు శక్యము కానిదియును, ఆరాధించుటకు శక్యము కానిదియును, దానిని దర్శించుటకు శక్యము కానిది యును, అథోముఖము గలదియును అయిన పద్మమును హృదయమునందు ఏ విధముగా దర్శింపవచ్చును ?

శ్రీభగవానువాచ :—

శ్లో॥ అధోముఖం తు హృత్పద్మ ముద్ధృత్య ప్రణవేన తు
గత్వాతు పద్మకోశాంత మేకస్సేవ్యో పునః పునః ॥

(32) తా॥ అర్జునా! అధోముఖముగా నుండు హృత్పద్మ మను కమలమును ప్రణవధ్యానముచేత 2 అధ్యాయము 22-23 శ్లోకములయందు చెప్పిన ప్రకారము ప్రత్యాహార ధ్యానాభ్యాసములచేత ఊర్ధ్వముఖమునకు లేవదీసి పద్మకోశాతీతుడైన పరమాత్మను మాటిమాటికిని ధ్యానించుచుండవలయును. మరియును ఎట్లు అభ్యాసము చేయవలయునో అట్టి క్రమమును చెప్పుచున్నాను వినుము.

-: అభ్యాసము (ధ్యాన మెట్లు చేయవలయును) :-

శ్లో॥ తతః పశ్చాద్భవే త్పద్మం సర్వగాత్ర సుఖావహమ్॥

అభ్యాసి యైనవాడు ఎట్లు ధ్యానము చేయవలయు ననగా హృదయకమల కర్ణికామధ్యమునందు గాలిలేని స్థలములో వెలుగుచుండు దీపమువలె ప్రకాశించునదియును, అంగుష్ఠ మాత్ర ప్రమాణము గలదిగాను, చలింపనిదిగాను యుండు ఆత్మను పరబ్రహ్మమే యను దృఢమైన భావముతో ఓంకార ప్రణవమును నుచ్చరించుచు ధ్యానించవలయును. హృదయ కమలము సహస్రార మనియు భ్రూమధ్య మనియు, అనాహత మనియు, అభ్యాసకులకు చెప్పబడియున్నది. కావున క్రమముగా వీటిని దృశ్యముగా జేసుకొని దృక్కగు తురీయుడు ఆత్మగా తెలిసికొని పంచకోశ తత్వములకు సాక్షియైన బ్రహ్మాకారముగా నిలచుటయే హృదయకమలమధ్యగల ధ్యానమని తెలియవలయును. ఇట్లు ఎవరు తెలిసికొని ధ్యానించుచున్నారో అట్టివారి

శరీరావయవములకు ఆ పద్మము అంత్యంతసుఖము గలుగ జేయుచున్నది.

శ్లో॥ హృదిస్థితం పంకజ మష్టపత్రం
స కేసరం కర్ణిక మవ్యలీనం
అంగుష్ఠమాత్రం మునయోవదంతి
ధ్యాయేతి విష్ణుం పురుషం పురాణమ్ ॥ ౩౪

(34) తా॥ మఱియును హృదయమునందు కేసరములను, కర్ణిక యును కలదై అంగుష్ఠప్రమాణముతో ఎనిమిదిదళములతో గూడుకొని యున్న పద్మమునందు పురాణపురుషుడైన విష్ణువును ధ్యానము చేయవల యునని మహాత్ములు, ఋషీశ్వరులు చెప్పుచున్నారు.

—: ధారణవలన నిత్యసుఖము గలుగుట :—

ఎట్లనగా, భ్రూమధ్యము మొదలు శిరస్సువరకును ఆకాశ స్థానము. ఆ ఆకాశము వర్తులాకారమును ధూమ్రకాంతియును, "అ" కార బీజముగా నున్నది. ఆ ఆకాశమునందు వాయువును ఆరోపించి శుద్ధస్ఫటికకాంతి గలవాడును, పంచముఖములు గల వాడును, దశభుజములు గలవాడును, త్రినేత్రములు గల వాడును, సర్వాయుధములను ధరించినవాడును, సకలాభరణ ములు దాల్చినవాడును, ఉమాసహితుడును, బాలచంద్రధరుం డును, కోటిసూర్యప్రకాశముతో గూడినవాడును, యోగీశ్వరుడును, సర్వకారణకారణుండును, "అ" కారముతో గూడిన బిందురూప మహేశ్వరు డగు వ్యోమస్వరూప సదాశివుని ధ్యానించవలయును. ఇట్లు అయిదు ఘడియలు ధారణచేయుటవలన ఎచ్చోటనున్నను సుఖము ననుభవించుచున్నాడు.

కావున పురుషునియందు సర్వమును జడపృసక్తి బోధానందస్వరూపమైన శివమును బుద్ధిమంతుడు ప్రతినిత్యమును ఆత్మయందు ఇంద్రియములను, మనస్సును జేర్చి క్షిత్యాది సకలకార్యములను ఆయా కారణములయందు లీనము జేసి సర్వకారణమైన అవ్యక్తమును నిరూపింపదగిన అచేతనమైన ప్రణవమును సంపూర్ణమైన సాక్షాత్ ఆత్మయందు ప్రతినిత్యమును అయిదుఘడియలు ధారణ చేయుటవలన సకల పాపములు నివర్తి యగును. కావున ఇట్లు ధ్యానమును చేయువాడు ఆత్మ సాక్షాత్కారమును పొందుచున్నాడు. అనగా పరబ్రహ్మస్వరూపమను మోక్షమును పొందుట కెంతమాత్రము సంశయములేదు.

శ్లో॥ అష్టపత్రంతు హృత్పద్మం ద్వాత్రింశత్కేసరాన్వితమ్
తత్ర మధ్యస్థితం ధ్యాయేదింద్రాద్యాస్సర్వదేవతాః ॥

(35) తా॥ హృదయకమలము ఎనిమిది దళములతోను ముప్పది రెండు కుసుమములతోను కూడియున్నది. ఆ పద్మ మధ్యభాగమందున్న పరమాత్మను ఇంద్రాది దిగ్దేవతలను ధ్యానము చేయవలయును.

శ్లో॥ తస్య మధ్యగతో భాను ర్భానుమధ్య గత శ్శశీ
శశిమధ్య గతో వహ్ని ర్వహ్ని మధ్యగతా ప్రభా ॥

శ్లో॥ ప్రభామధ్య గతం పీఠం నానారత్న ప్రవేష్టితమ్
అనేక రత్నసంకీర్ణం జ్వలనార్క సమప్రభమ్ ॥ ౩౭

(36-37) తా॥ సూర్యుడు ఆ పద్మముయొక్క మధ్యభాగమునందుండున్నాడు. ఆ సూర్యుని మధ్యభాగమునందు చంద్రుడున్నాడు. చంద్రుని

మధ్యభాగమునందు అగ్ని యున్నాడు. ఆ అగ్నిమధ్యమునందు స్వప్రకాశమైన కాంతి గలదు. ఆ కాంతియొక్క మధ్యభాగమునందు పీఠము గలదు. ఆ పీఠము నానావిధములైన రత్నములతో పొదిగియున్నది; అనేక రత్నములతో ప్రకాశించుచు సర్వవ్యాప్త మైనది. అగ్ని తేజస్సుతోను, సూర్యుని తేజస్సుతోను సమానమైన స్వయంప్రకాశముతో కాంతి ప్రకాశించుచున్నది.

శ్లో॥ తస్య మధ్యస్థితం దేవం నారాయణమనామయం
శ్రీవత్స కౌస్తుభోరస్కం ముక్తాహారోప శోభితమ్ ॥

శ్లో॥ అనేక సూర్యసంకాశం మకుటాధిష్ఠ మస్తకం
శంకచక్రం గదాపద్మం ముసలం ఖడ్గ మేవ చ ॥

శ్లో॥ ధనురా ద్యాయుధోపేత మష్టబాహు ధరం హరిం
శుద్ధ స్ఫటికసంకాశం చంద్రకాంత సమ ప్రభమ్ ॥

(38-40) తా॥ ఆ పీఠముయొక్క మధ్యభాగమునందు స్వయం ప్రకాశమానముగా ప్రకాశించువాడును, నిరామయుడును, కల్మషవిదూరుడును, శ్రీవత్సకౌస్తుభములచేత ప్రకాశించు హృదయము గలవాడును, ముత్యాలహారములచేత ప్రకాశించుచున్నవాడును, అనేక సూర్యులకాంతితో సమానమైన కాంతివలె ప్రకాశించుచున్నవాడును, రత్నఖచితకిరీటముచే అలంకరింపబడిన శిరస్సు గలవాడును, శంఖ చక్ర గదా పద్మ ముసల ఖడ్గ ధనుస్సు మొదలగు ఆయుధములను ధరించినవాడును, ఎనిమిది భుజములు గలవాడును. భక్తవత్సలుడును, సకలపాపములను హరించువాడును, శుద్ధ స్ఫటికకాంతి గలవాడును, చంద్రకాంత మణియొక్క కాంతితో సమానమైన కాంతి గలవాడును అయిన అఖిలాత్మస్వరూపుడైన నారాయణుని స్మరించవలయును. (ధ్యానించవలయును.)

శ్లో॥ పద్మకింజల్కసదృశం తప్తకాంచన సన్నిభం
కృతే శ్వేతం హరిం వింద్యా త్రేతాయాం రక్తవర్ణకమ్॥

శ్లో॥ ద్వాపరే శ్యామవర్ణం చ పీతవర్ణం కలౌ యుగే
శుద్ధం సూక్ష్మం నిరాకారం నిర్వికల్పం నిరంజనమ్ ॥

శ్లో॥ అప్రమేయ మజం దేవం తం వింద్యాత్పురుషోత్తమమ్
తైలాగ్నివర్తిసంయోగ మధూమజ్యోతి రూపకమ్ ॥

(41-43) తా॥ మరియును! పద్మముయొక్క కేసరములతో సమానమైన కాంతి గలవాడును, అపరంజియొక్క కాంతితో సమానమైన కాంతి గలవాడును, అయిన నారాయణుడు (ఆ మహావిష్ణువు) కృతయుగమునందు తెల్లని వర్ణమును, త్రేతాయుగమునందు రక్తవర్ణమును, ద్వాపరయుగమునందు నల్లని వర్ణమును, కలియుగమునందు పచ్చని వర్ణమును కలిగియుండును. ఆ పురుషోత్తముడు పరిశుద్ధుడును, సూక్ష్మస్వరూపుడును, నిరాకారుడును, చలనరహితుడును, నిరంజనుడును, అప్రమేయుడును పుట్టుక లేనివాడును, స్వయంప్రకాశుడును, పొగతో గూడిన తైలాగ్నివలె కాక పొగలేని జ్యోతిస్వరూపుడును అయిన నారాయణుని అనగా పురుషోత్తముని దర్శింపవలయును.

శ్లో॥ తాదృశం పరమం రూపం స్మరేత్పార్థ హ్యనన్యధీః
కారణం యోగవిజ్ఞాన హేతుసాధన వర్జితమ్ ॥ ४४

(44) తా॥ మరియును అర్జునా! ఇంతవరకు చెప్పిన లక్షణములతో గూడినదియును, సర్వోత్తమమును సర్వమునకును కారణమైనదియును యోగము, విజ్ఞానము, సాధనము, మొదలగునవి యేదియు లేనిదియును అయిన రూపమును ఇతర విషయములయందు బుద్ధి లేనివాడై (ఇతర చింతలు లేనివాడై) నిర్మలమనస్సుతో "ఈ చరాచరజగత్తు సర్వమున్ను బ్రహ్మమే. సర్వమును బ్రహ్మమయముగానే యున్నది. బ్రహ్మము స్వయం ప్రకాశమైనది. తనకంటె అన్య మేమియు కించిత్తైనను లే"దని దృఢబుద్ధి గలవాడై ధ్యానించవలయును.

శ్లో॥ భిన్నే కుంభే యథాఽఽకాశో మహాకాశే విలీయతే
విభిన్నే ప్రకృతే దేహే తథాత్మా పరమాత్మని ॥ ४५

(45) తా॥ కుండయందున్న ఆకాశము కుండ పగిలిపోయి నప్పుడు మహాకాశమునందు ఎట్లు లీనమగుచున్నదో ఆ విధముగానే పాంచభౌతిక దేహము నశించగా యీ దేహమునందుండు జీవాత్మ పరమాత్మయందు లీన మగుచున్నాడు.

శ్లో॥ అశ్వారూఢో గజారూఢో సంగ్రామే సంకటే తథా
ఏతదేవ సదా ధ్యాయీ పరబ్రహ్మాధి గచ్ఛతి ॥ ४६

(46) అశ్వము గజము మొదలగు వాహనారూఢుడై అష్టభోగ భాగ్యముల ననుభవించుచుండిననుగాని, యుద్ధసమయమునందుగాని, అనేక దుఃఖముల ననుభవించుచున్ననుగాని దారాపుత్రాదులతో సంసారమునం దుండిననుగాని, సర్వకాలములయందును పరబ్రహ్మరూపమునే ధ్యానించు వాడు పరబ్రహ్మమునే పొందుచున్నాడు. ఎట్లనగా, జగత్తు మిథ్యాస్వరూప మైనదని దృఢభావన గలవాడై ధ్యానించవలయును.

—: జగత్తు మిథ్యాస్వరూపము :—

ఆత్మ స్వరూపమునకంటెను వేరైనట్టి ప్రకృతి సంబంధ ములైన బుద్ధీంద్రియములున్ను కనబడుచుండు ప్రపంచము సర్వమున్ను స్వప్నప్రపంచమువలె అసత్య మైనది. మహాప్రళ యమునందు లయించిపోవును. ఇంద్రజాలమువలె అసత్య మైనది. అనగా ఇంద్రజాల విద్యవలన దోచిన పట్టణమువలే మిథ్యాస్వరూప మైనది. కావున ఇది పుట్టనులేదు. చావనులేదు. ఈ జగత్తు ఉన్నదనుట భ్రాంతిమాత్రమే.

ఇట్టి భ్రాంతిరూపమైన జగత్తునందు అట్టి పుత్త్ర దారాది రూపమగు సంసారమున్ను, దానియందలి సుఖదుఃఖములున్ను అసత్యములే. అట్లు దారాపుత్త్ర ధనాదులు వృద్ధి పొందినకొలది. క్రమక్రమముగా దుఃఖమునే గల్పించును కాని సుఖ మెంతమాత్రము గలుగజాలదు. కావున,

ఆశ యనెడి సర్పమునకు నివాసస్థానముగా నుండు సంసారము అసత్యమైనదనియు తెలిసి దానియందలి భ్రాంతిని విడిచిపెట్టి దారాపుత్త్ర ధనదేహేంద్రియాది సకల జగత్తునకు నేను సాక్షిని అని తద్రూపముగా భావించుచు, "పరబ్రహ్మము తనకు రెండవవస్తువు లేక తా నొక్కటియే ప్రకాశించుచున్నది. కాని ఈ నామరూపాత్మకమైన జగత్తు అను పదార్థము లేనే లేదు. మాయయు మిథ్యయే. మాయాకార్యమైన యీ జగత్తున్ను మిథ్యయే"యని దృఢముగా భావించుచు ఆత్మానుసంధానము చేయువాడు ఆత్మస్వరూపమునే పొందుచున్నాడు.

శ్లో॥ ఆసీనో వా శయానో వా గచ్ఛ న్తిష్ఠన్సదా శుచిః
తస్మా త్సర్వప్రయత్నేన యోగయుక్తో భవార్జున ॥
శ్లో॥ అంతస్సంగ బహిస్సంగ మాత్మసంగం పరిత్యజేత్
సర్వసంగ నివృత్తాత్మా పశ్యే దాత్మాన మాత్మని ॥

(47-48) తా॥ అర్జునా! కూర్చుండినను, పరుండినను, నడుచుచుండినను, నిలుచుండినను, పరిశుద్ధుడై యుండినను అపరిశుద్ధుడవై యున్నను అనగా సర్వకాల సర్వావస్థలయందును సర్వవిధ ప్రయత్నములచేత భావ్యా గీతామృతము 4 అధ్యాయము 39 వ. శ్లోకమునందు చెప్పబడిన ప్రకారము శ్రద్ధ గలవాడవై యోగమును సాధించవలయును. ఎట్లనగా,

బాహ్యేంద్రియ విషయసంబంధములను అంతేంద్రియ మనోవిషయ సంబంధములను పరిత్యజించి, అనగా సర్వవిధ విషయ సంబంధముల నుండి విడువబడిన మనస్సు గలవాడై అట్టి నిర్మల మనస్సు చేత ఆత్మస్వరూపమును ధ్యానించుచు ఆత్మస్వరూపుడైన నాకున్ను, పరమాత్మకున్ను కించిత్తైనను భేదము లేదని తెలియుచు ధ్యానించవలయును. మరియును, నీవు చేయు కర్మములకు ఫలము గలుగుచున్నది. ఫలము వలన బంధములు గలుగుచున్నవి. కావున, కర్మములను చేయుచుండినను, కర్మబంధములకు వశుడు గాక యుండవలయును. ఎట్లనగా,

—: కర్మ మనగా నేమి :—

కర్మ మనగా నేమియో తెలిసికొనవలయును. కర్మ మనగా ఒక కార్యము వినుట, చూచుట, మాట్లాడుట మొదలగు ఒక్కొక్క కార్యమును కర్మ మనబడును. అట్టికర్మలో సాధారణకర్మ పాపకర్మ, సత్కర్మ, నివర్తికర్మ అను నాలుగువిధములు గలవు. నేత్రములు మొదలగు జ్ఞానేంద్రియములు, వాక్కు మొదలగు కర్మేంద్రియములు, ప్రాణాదివాయువులు, మనస్సు, బుద్ధి మొదలగు అంతఃకరణములు ఇవి తమతమ సంబంధవిషయముల యందు వ్యవహరించుట కర్మ మనబడును. ఎట్లనగా, నేత్రములు చూచుట; చెవి వినుట, చర్మము స్పృశించుట, ముక్కు ఆఘ్రాణించుట, నాలుక రుచి ఎరుగుట, తినుట, కాళ్ళు నడుచుట, వాక్కు మాట్లాడుట, పాయూపస్థులు మలమూత్రములు విసర్జించుట, చేతులు ఇచ్చుట పుచ్చుకొనుట ప్రాణాది వాయువులు ఊపిరి పీల్చుట విడుచుట మొదలగు కార్యములు చేయును. కన్ను మూయుట తెరచుట, నాగకూర్మాదులు అంతరవ్యాపారములు చేయును. మనస్సు సంకల్పించుట, బుద్ధి నిశ్చయించుట

చిత్తము చలించుట, అహంకారము నేను అను వ్యాపారములు చేయును. ఇట్లు సర్వేంద్రియములు వానివాని కార్యములు చేయుటయే కర్మ అని చెప్పబడును.

ఆత్మస్వరూపుడైన తాను ఏమియు చేయుట లేదని తత్త్వవేత్త యగు బ్రహ్మజ్ఞాని భావించును. అట్లు నేనే కర్త యను భావ మున్నచో వెంటనే కర్మ ఫలమునకు సంబంధించినవా డగును. (కర్మఫలమే బంధకముగా నేర్పడును.) అట్టి భావము లేనివానికి కర్మఫలమునకు సంబంధము కాని, ఫలానుభవములగు దుఃఖములుగాని, ఎట్లు గలుగును ? అట్టి యోగి ఏంతమాత్ర మున్ను కర్మబంధములకు వశుడుగాక యుండును.

శ్లో॥ విషయాసక్తచిత్తానా మంధస్యేందూదయం యథా
గీతాసార మిదం శాస్త్రముక్తం మోక్షార్థసిద్ధయే ॥

(49, తా॥ ఎల్లకాలములయందును, విషయానక్తులై అనగా స్రక్చందన వనితాదులయందు ఆసక్తి గలవారై, దేహేంద్రియములే నేననియు, నాకు జాతి ఆచారము ఆశ్రమములు గలవనియు కర్తృత్వభోక్తృత్వ అహంకారము గలవారై సకల కర్మలు చేయుచుండు అజ్ఞానులకు స్వప్రకాశమైన చంద్రోదయము గ్రుడ్డివారల కెట్లు ప్రయోజనము లేదో అలాగుననే అజ్ఞానులగు మూఢులకు గీతాశాస్త్రము ప్రయోజనకారి గాదు. మరెవ్వరికి ప్రయోజనకారి యనగా,

తన హృదయకమలమందు నివసించియుండు ఆత్మస్వరూపమును తెలిసికొని, తనకు లభింపని వస్తువుల యందు దుఃఖమును, లభించిన వస్తువులయందు సంతోషమును లేనివారై సదా సమదర్శనము గలిగి సదా ఆత్మధ్యానము చేయుచుండు సత్పురుషులకు నిత్యసుఖ మను మోక్షము సిద్ధించుకొఱకు చెప్పబడిన గీతారహస్య మని తెలియవలయును,

శ్లో॥ తత్ర స్థితం బ్రహ్మశాస్త్రం వేదశాస్త్ర సునిశ్చితమ్
ఇదం శాస్త్రం మయాప్రోక్తం గుహ్యం వేదార్థవిస్త
రమ్ ॥ ౫౦

(50) తా॥ ఈ గీతాశాస్త్రము బ్రహ్మవిద్య యనుటకు సందేహము లేదు. ఇది బ్రహ్మస్వరూపము. వేదశాస్త్రములచేత చక్కగ నిశ్చయింపబడినది. నాశరహిత మైనది. మిగుల రహస్య మైనది. వేదసారము అయిన బ్రహ్మవిద్యాస్వరూపమును శ్రీ సచ్చిదానంద ఘనస్వరూపుడనగు నాచే చెప్పబడినది. కావున నిశ్చయముగ యీ గీతాశాస్త్రమును ఎవరు నాశ్రయించుచున్నారో అట్టివారు శీఘ్రముగా తత్వజ్ఞానమును పొంది పరమానంద స్వరూపమును బొందుచున్నారు.

శ్లో॥ యః పఠే త్పరయాభక్త్యాస గచ్ఛే ద్విష్ణు సామ్యతామ్
ఏ తత్పుణ్యం పాపహరం ధన్యం దుస్స్వప్న నాశనమ్॥

(51) తా॥ పరమపావన మైనదియును, బ్రహ్మస్వరూపమును అయిన యీ గీతాశాస్త్రమునందు చెప్పబడిన రహస్యములను తెలిసికొని తద్రీతిగా శ్రద్ధతో ఎవరు అనుష్ఠించుచున్నారో, అట్టివారి పాపములను నశింపజేసి దుస్వప్నములను పోగొట్టి నిత్యసుఖ మను మోక్షమును నొసంగుచున్నాను.

శ్లో॥ పఠతాం శృణ్వతాం చైవ
విష్ణో ర్మాహాత్మ్య ముత్తమమ్
అష్టాదశ పురాణాని దశవ్యాకరణాని చ
క్షణమాత్రస్య యోగస్య కళానార్హంతి షోడశీమ్ ॥

(52) తా॥ శాస్త్రములను పఠించువారును, వినుట కాసక్తి గలవారును, విష్ణుమూర్తియొక్క మాహాత్మ్యమును తత్వరహస్యమును తెలిసికొనుట